

# **TSHAD MA RNAM HGREL GYI HGREL PA**

(Tshad - Ma - Grub - Pai - Leui - Hgrel - Pa)  
Pramana - Vartikka - Virtti (part)

Sakyamati's own Commentary to the  
Second Chapter of His Pramana - Vartikka

*By*

**ACHARYA SAKYAMATI**

*Published By:*

Council of Cultural and Religious Affairs of  
His Holiness the Dalai Lama  
"Gangchen Kyishong"  
Session Road,  
DHARAMSALA. H. P.

*Printed at:*  
Tibetan Cultural Printing Press,  
Kashmir House,  
DHARAMSALA (H.P.)

परिमहन तंख्या.....16800...  
ग्रंथालय, केन्द्राय उच्च विन्वती  
शिक्षा संस्थान, सारनाह, बाराणसी



༡༩༩ | རྣམ་འགྲེལ་ཚད་མ་གྲུབ་པའི་ལེའུ་འི་འགྲེལ་པ།  
 མཛད་པ་པོ་སློབ་དབུན་གྲུག་གློ་  
 བཛོད་དོན། རྣམ་འགྲེལ་ལེའུ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ལྷགས་འབྱུང་གི་སློ་ནས་  
 ལྟོན་པ་ལས་གང་ནས་བྱོན་པའི་ཚུལ་དང་། ལྷག་ཁྲོག་གི་སློ་ནས་  
 དེ་ལྟར་བྱོན་པའི་ཤེས་བྱེད་བསྟན་པ་སྐྱེས་ལྟ་དགའ་སློ་འི་  
 འགྲེལ་པའི་སློ་ནས་སྐབས་སུ་གཞུན་ལ་ཐབས་པ་རྣམས་  
 འགྲེལ་བཞུད་འདིས་རྣམས་གསལ་བར་བསྟན་པ།

# སྒྲེང་གཞི།

༡༡། །རང་འཛིན་པ་ལྷུང་བོད་ལྗོངས་ཚོས་ཀྱི་ཞིང་སར་ཡིན་ཕྱི་པ་བདག་བོས་  
 ལྷན་བསྐྱེད་པ་ལྷན་ཀྱི་དཔལ་ལྷན་ཀྱི་དཔལ་ ཚོགས་ནས་སྒྲིག་སྒྲིག་ མི་བཟང་པས་  
 སངས་ལྷན་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། དེ་འཛིན་དགེ་རྒྱན་གྱི་སྒྲེ། ལྷན་  
 འགྲོ་འི་བདེ་སྐྱིད་དང་བཅས་པ་མིང་གི་ལྷན་མ་ཙམ་དུ་བཅོས་ཟིན་པ་དེ་ལྷན་ཡང་།  
 རྒྱུ་པ་ལྷན་མེ་ཙམ་གྱིས་ཆེ་ལྷན་ལྷན་པ་ལྷན་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ལྷན་ཀྱི་ཚད་  
 རྒྱུ་པ་དེ་དུས་མིན་པ་དང་། །ཁ་བའི་ལྗོངས་སུ་ལྷན་བསྐྱེད་སྒྲུབ་ཡང་གསལ་བའི་  
 བོད་སྐྱོད་འགྲོ་འི་བསྐྱེད་ནས་ཀྱི་ལྷན་དཔལ་ཟད་མཐར་མ་གཏུགས་པའི་དཔལ་གིས་  
 བཅོན་ཁྱེད་བོད་མིའི་སྐྱོད་དུ་རིས་མེད་ཚོས་བསྐྱེད་སོ་སོ་འི་བསྐྱེད་ལྷན་འཛོན་པའི་  
 མཁས་ལུ་ཆེ་སྐྱོད་ཅིག་ཀྱི་གར་འཕགས་པའི་ལྷན་ དུ་མེད་པས་ འཕྱོར་ལུ་པ་དེ་  
 ལྷན་གཞི་རྒྱུ་དེ་དུས་དེ་རང་རྒྱུ་ཀྱི་ཆུ་ན་མེད་པའི་ཁྱད་ལོར་འཕགས་བོད་མཁས་  
 པའི་བཞེད་དུ་ཡོངས་ཟབ་མོ་འི་ཚོས་དང་། རིག་གཞུང་གི་མེ་ཙམ་སྐྱེད་གསོ་ལུ་  
 པའི་ཆེད་དུ་བོད་ཀྱི་མཐོ་རིས་སྐྱོབ་ཀྱི་ཆེན་མོ་གསར་འཛུར་བསྐྱེད་ཟིན་པའི་སྐྱོབ་  
 བཞེད་ཁང་གི་སྐྱོབ་ཚན་ ལྷན་འཕགས་བོད་མཁས་པ་ལྷན་ ལྷན་བདག་དབྱེད་  
 ཞིང་ནས་ལྷན་ལྷན་ལྷན་པའི་བཀའ་དང་། བསྐྱེད་པཅོས་ཚད་མཁས་ནས་ལྷན་བཀོད་  
 བཀའ་འབེབས་མཛད་པ་ཡིན།

མཐོ་རིས་སྐྱོབ་བཞེད་ལོང་མ། འཕྲི་ལོ་རིས་དང་དང་། ཚད་མ་ལྷན་  
 འགྲེལ་མེད་གཉིས་པ་དང་དེའི་འགྲེལ་པ། ཨ་གོང་ས་ ལྷན་མཐོན་ཆེན་པོ་འི་  
 བཀའ་དཔོངས་བཞིན་བོད་གཞུང་ཚོས་རིག་གཞི་སྐྱེད་ཁང་ནས་འགྲོ་བཞིན་བཀའ་སྒྲུ་  
 ལྷན་པེས་རིག་པར་ཁང་དུ་ཕྱེངས་དང་པོར་ ༡༠༠ མཐ་བ་དཔར་བསྐྱེད་ལྷན་པའོ།



༡༥ ། །ཚད་མ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་འབྱེད་པ་འདྲ་བའ་པོ་བཞི་བཅུ་ཙ་གཅིག་པ།  
 གཤམ་བ་དང་ལན་བཟུན་པའི་རྒྱུ་ལྟེ་དང་པོ་དང་གཉིས་པའི་འབྱེད་པ་བཟུན་  
 པའི་ཕྱིར། སློབ་དཔོན་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སློས་དེ། དེ་ལ་གཤམ་དེ་  
 སློབ་དཔོན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་འདི་བཟུན་བཅོས་ཚད་མ་ཀྱན་ལས་བདུས་པ་རྣམ་པར་  
 བཤད་པར་བཞེད་བ་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་བཤད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན། ཅིའི་ཕྱིར་  
 དང་པོར་དང་དབང་གིས་རྩམ་སྤྲད་བཀ་པའི་མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་གཞག་པ་མཛད་ཅེས་  
 བྱ་བ་ནི་བཞག་པ་པོ། སློབ་དཔོན་གྱིས་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བཟུན་བཅོས་  
 བཤད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་འདིའི་ལན་ཡིན་ནོ། འདིར་སློབ་དཔོན་  
 བོ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྲང་པོ་ཡིན་པར་འདོད་དེ། དེའི་བཟུན་བཅོས་བཤད་པར་འབྱུང་  
 བ་ཉད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་པོ། དེའི་འདི་ནི་སློབ་དཔོན་གྱི་པོ། བཟུན་བཅོས་གང་གིས་  
 མཛོད་སྤྲུམ་དང་རྩམ་སྤྲད་བཀ་པའི་ཚད་མ་མཚན་པར་བྱེད་པ། དེ་ནི་ཚད་མའི་མཚན་  
 ཉིད་ཀྱི་བཟུན་བཅོས་དེ། ཚད་མ་ཀྱན་ལས་བདུས་པ་ཞེས་བྱ་བའོ། རྒྱ་ཕྱོགས་ཀྱི་  
 ངག་འཆོས་ཤིང་མི་ཤེས་པ་ལས་སློབ་པའི་ཕྱིར་ངེས་པའི་ཆོག་གི་ཚུལ་གྱིས་བཟུན་  
 བཅོས་སོ། སློབ་དཔོན་གྱི་ཡང་དེ་ཡིན་ལ་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བཟུན་བཅོས་ཀྱང་  
 ཡིན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྱད་པར་གྱི་བསྟུ་བའོ། སློབ་དཔོན་གྱི་འདུལ་བའི་དྲི་ཀླ་ལ་  
 སོར་བ་ཡོད་མོད་ཀྱི། ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བཟུན་བཅོས་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ལས་གཞན་  
 པས་བྱས་པའི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བཟུན་བཅོས་ཡོད་མོད་ཀྱི་སློབ་དཔོན་གྱི་མ་  
 ཡིན་ནོ། དེ་བས་ན་གཉ་ག་སློས་སོ། དེའི་ཕྱིར་གྱི་དྲི་ཀླ་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་བཤད་  
 པ་ངན་པ་དང་། རྒྱ་ཕྱོགས་བྱེད་ཀྱི་ཅོད་ངན་བསལ་རྣམས་ཁྱད་པར་དུ་བཤད་པ་ནི་  
 རྣམ་པར་བཤད་པའོ། དེའི་ཀླ་ན་རྩམ་སྤྲད་བཀ་པའོ། དེ་ལྟར་ན་དོན་དང་

དོན་མ་ཡིན་པ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ནི་བཤད་པ་ཡིན་ནོ།། དེའི་  
 ཡང་ཇེས་སྟུང་དཔག་པ་དོན་ཡིན་དེ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱར་རོ།།  
 དེ་བས་ན་ཐབས་སྟུང་ལ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱར་དེ་ཉིད་དང་པོར་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན་ནོ།།  
 གཤམ་དེ་སྟོབ་དཔོན་སྟོགས་ཀྱི་སྤྱང་པོས་ཇེས་སྟུང་དཔག་པར་མཚན་ཉིད་མཛད་པ་དེ་.....  
 ལྟ་ན་ཡང་རྒྱས་པར་རྣམ་པར་དཀྱགས་ནས་རྣམ་པར་བཞག་པ་དེ་ལྟ་ན་སྟོན་ཡོད་པ་.....  
 མ་ཡིན་ནོ།། ཚད་མ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཡེའུ་དང་པོར་ཚད་མ་ཀྱན་ལས་བདུས་  
 བའ་རང་གི་དོན་གྱི་ཇེས་སྟུང་དཔག་པའི་ཡེའུ་ཚོད་ངན་ལས་བདེའུ་བའི་སྟོན་ནས་དོན་གྱི་  
 རྣམ་པར་བཤད་ནས། དེ་ལ་ཅིང་སྤྱིར་དེས་པ་ལས་བཞག་ནས་མཛད་ཅེས་བྱ་  
 བའི་ཚད་པ་འདི་ལ། དེའི་སྤྱིར་སྟོབ་དཔོན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་དེ་  
 བསྟན་བཅོས་གང་གི་སྤྱང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྟེ་མཚད་མཚན་པར་བྱེད་བའི་ནི་མཚན་  
 ཉིད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་སོ།། མི་བསྟུ་བ་ཉད་ཀྱི་སྤྱིར་ཚད་མ་ཡང་དེ་ཡིན་ལ།  
 མཚན་ཉིད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཡང་ཡིན་པས་ན། ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བསྟན་  
 བཅོས་དེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།། དེའི་བཤད་  
 བའི་རྒྱ་ནི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་བཤད་པའི་རྒྱ་ཡོ།། སྟོབ་དཔོན་  
 གྱི་ཡང་དེ་ཡིན་ལ་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་བཤད་པའི་རྒྱ་ཡང་དེ་ཡིན་  
 བས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལས་འཛོན་པའོ།། དེ་གང་ཞེ་ན། ཇེས་སྟུང་དཔག་  
 བ་སྟེ། ཇེས་སྟུང་དཔག་པ་སྟོན་པའི་སྤྱིར་ཚད་མ་ཀྱན་ལས་བདུས་པའི་རང་གི་  
 དོན་གྱི་ཇེས་སྟུང་དཔག་པའི་ཡེའུ་ནི་ཇེས་སྟུང་དཔག་པའོ།། དེ་སྟོན་དུ་གང་གི་  
 སྤྱང་ཇེས་སྟུང་དཔག་པ་ལ་བདེན་ནས་བཅོས་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ་རིགས་པ་དང་ལྡན་  
 པ་ཡིན་གྱི། གཞན་སྟུང་སྟོགས་པ་དག་གི་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པར་འགྱུར་རོ།།

དེ་སྐད་དུ་བཤད་པ་ནི་རྣམ་པ་གཞན་ཡིན་ནོ།། ཇེས་སུ་དཔག་བ་དེ་ཡང་རང་  
 གི་དོན་གྱི་ཇེས་སུ་དཔག་བའི་ལེའུར་རྣམ་པར་སྤྱེ་བ་དེ་བས་ན་ཚད་མ་ཀྱན་ལས་བདུས་  
 བའི་རང་གི་དོན་གྱི་ཇེས་སུ་དཔག་བའི་ལེའུ་དེ་ཉིད་ཅོད་ངན་ལན་བདེ་བ་པའི་སྒོ་ནས་  
 ལྷར་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ།། ཚད་མ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་ཚད་མ་བསྐྱུ་མེད་ཅན་གསེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སོ།། དེ་ལ་འབྲེལ  
 བ་མཛད་བ་ཤད་གཉིས་ཀྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་པའི་འབྲེལ་བ་མཛད་ཅིང་། ཚད་  
 མར་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་འཆད་པ་ལ། ཚད་མར་འབྱུངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་གྱུར་  
 བའི་སྒྲི་མི་འབྱུངས་པའི་དོན་དོ།། ཚད་མ་ཡང་དེ་ཡིན་ལ་གྱུར་པ་ཡང་དེ་ཡིན་  
 པས་ན་ཚད་མར་གྱུར་པའོ།། དེ་ལྟ་ན་ཚད་མ་དོག་པར་དོག་པ་བསལ་བ་ཡན་  
 བོ།། མངོན་སུམ་དང་ཇེས་སུ་དཔག་བ་ནི་ཚད་མ་ཡིན་པ་དེ་བས་ན། ཇི་  
 ལྟར་ན་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེའི་རང་བཞིན་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་དེ་སྐད་དུ་བཤད་ཅེ་ན་ཚད་  
 མ་དང་འདྲ་བས་ན་ཚད་མ་སྤྱེ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་དེ། ཚད་མའི་སྒྲི་དཔེ་ནང་དུ་འདུས་  
 བ་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།། གཤམ་དེ་སྒྲོས་པའི་སྤྱོད་ས་ལས་གྲུབ་པ་དྲི་  
 མ་མེད་པ་རྣམ་པར་མ་དོག་པ་འབྱུལ་པ་མེད་པའ་ཡེ་གསེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་.....  
 བའི་སྤྱིར་བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མའི་རང་བཞིན་ཅན་ཉིད་དངོས་...  
 སུ་བཞུགས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཉེ་བར་བདགས་པ་ལ་བདེན་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེ་ན། འདི་  
 ལ་སྒྲོན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་དེ། དོག་པ་དང་བཅས་པའི་གསེས་པའི་གནས་སྐབས་  
 ལ་དགོངས་ནས་བཤད་པའ་སྤྱིར་དོ།། ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་དག་གི་ཡིན་ནོ།།  
 འདིར་གཤམ་དེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་ཇི་སྐད་དུ་བཤད་པའི་ཚད་མའི་བདག་ཉིད་ཅན་...  
 ཡིན་པ་དེ་ལྟར་རབ་དུ་གྲགས་པ་མ་ཡིན་ནོ།། དེ་བས་ན་ཐ་སྙད་དུ་བྱེད་པའི་

ཚད་མས་དཔེར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཚད་  
མ་སྤྱི་མེད་ཅན་གྱིས་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་སྤྱི་བ་ཅན་ཉིད་དང་གཤམ་བ་ཉིད་མཚན་གཤི-  
ཇེས་སྤྱི་བཟུན་ནས་ཚད་མ་ཉིད་ནི་མཚན་ཉིད་བཟོད་པའོ། ། ཚད་མ་ཉིད་དེ་ཡང་གཤ-  
ཉི་སྤྱི་ཉི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན་བསྤྱི་བར་བྱེད་བས་ན་བསྤྱི་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པས་དེ་འཆད་པར་བྱེད་དོ། ། ཚད་མ་སྤྱི་མེད་ཅན་གྱིས་བྱ་བ་དེ་ཅམ་གྱི་གཤམ་  
པ་ཞེས་བྱ་བ་འཕྱོང་བ་པར་མི་འགྱུར་དེ། ལྷུ་ལ་ལ་ཡང་མི་བསྤྱི་བར་ཡོད་པ་ཉིད་  
ཀྱི་སྤྱིར་རྟོ། ། དེའི་སྤྱིར་གཤམ་པ་སྤྱོས་པ་བྱས་སོ། ། དེ་ཉིད་བཟུན་པའི་སྤྱིར་  
མི་བསྤྱི་བ་དེ་ཡང་ཡོངས་སྤྱི་བཅད་ནས་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སོགས་པ་སྤྱོས་དེ།  
མི་བསྤྱི་བ་དེ་ཡང་སྤྱལ་གྱི་ཆོས་དང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དང་སྤྱིར་རྟོ། ། གང་གི་ཆོ-  
འདར་འགྱུར་ཞེ་ན། དོན་ཡོངས་སྤྱི་བཅད་ནས་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱོས་དེ། ཅི-  
རིགས་པར་ཚད་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཡོངས་སྤྱི་བཅད་པར་བཟུང་བར་བྱའོ། ། མཛོན་སྤྱི་  
ནི་ནས་པར་དོག་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ངེས་པ་མ་ཡིན་མེད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་དེར་སྤྱང་  
པར་སྤྱོས་པ་ཅམ་ཡིན་ནོ། ། ཇེས་སྤྱི་དབག་པ་ནི་ངེས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། ། གཤམ་  
དེ་མཛོན་སྤྱི་མེད་པ་མེད་པས་ཆུ་ལ་སོགས་པ་བདེན་པ་དང་རྒྱ་མ་ནས་པར་འབྱེད་  
པར་མི་ལུས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རི་རྩར་དེ་ལས་དོན་ཡོངས་སྤྱི་བཅད་ནས་འཇུག་ཅེན།  
བཟོད་པ་མཛོན་སྤྱི་མེད་ཀྱི་དེན་ཅན་གྱི་འཇུག་པ་ནི་ནས་པ་གཉིས་དེ་དང་པོ་ཉིད་དང་  
གོམས་པ་ཅན་ནོ། ། ད་ལ་གོམས་པ་དང་ལྟན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གོན་དུ་གོམས་པ་  
བསལ་བ་ཅན་གྱི་མཛོན་སྤྱི་མེད་པ་ནི་རྩ་བ་ལ་མཛོན་དུ་གོམས་པ་ཉི་ནས་པ་འཇུག་  
བའི་རྒྱ་མཚན་སྤངས་པ་ཅན་ཉིད་ཀྱིས་ཡོངས་སྤྱི་བཅད་ནས་སྤྱི་བ་དང་། དེ་ལྟ་བུར་  
གྱུར་བའི་སྤྱིར་འབྱུང་བའི་ངེས་པ་སྤྱིར་པར་བྱེད་བའི་སྤྱིར་དེ་ལ་སྤྱོས་བྱ་འཇུག་པར་

བྱེད་པོ། དེའི་ཕྱིར་དེ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཚད་མ་ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཕྱིས་ཀྱི་ཚད་  
 མ་འཇུག་པ་ལ་བཟོས་པ་སྟེན་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོན་ཡོངས་སུ་བཅད་ནས་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ཚིག་མི་འཕྲད་པ་མ་ཡིན་ནོ།། མངོན་སུམ་ཐམས་ཅད་ནི་གཞན་ལས་ཚད་  
 མ་ངེས་པར་བཞག་པ་མ་ཡིན་ནོ།། དང་པོ་ཉིད་ཀྱི་འཇུག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ལ་ཡང་རྒྱ་མཚན་ངེས་པར་གཟུང་བ་མེད་པ་ན་ཐེ་ཚོམ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པར་  
 བྱེད་པོ། གཤམ་དེ་འོ་ན་དོན་ཡོངས་སུ་བཅད་ནས་ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་ཇི་ལྟར་རྒྱང་  
 ཞེ་ན། དེའི་ནས་པར་སྐྱེས་པ་ཙམ་དེ་སྒྲིད་དུ་ཐོབ་སྟེན་གདགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 བཤད་ཟིན་དོ།། གཤམ་དེ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པ་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་དོག་པ་  
 སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན་འདི་ལ་འགལ་བ་ཅི་ཡོད་གང་ཁོ་ན་ངེས་པའི་སྒྲོ་  
 ནས་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་དེ་ཉིད་དོག་པ་སྒྲོན་དུ་གཏོད་པ་ཅན་མ་ཡིན་ནོ།། དེ་  
 ལྟར་ན་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ལ་དོན་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་དང་དོན་ངེས་པ་དང་རྒྱ་ནས་པ་  
 གཉིས་ཡིན་ནོ།། སྒྲོག་པ་ལ་ཡང་དོན་མེད་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་དང་། དོན་  
 མེད་པར་ངེས་པ་ཉིད་ཁོ་ན་ཡན་ནོ།། དེ་ལ་དང་པོ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་  
 འཇུག་པར་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དང་ཕྱིས་བཤད་པ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲོག་པར་འགྱུར་  
 བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོག་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ཡིན་པར་འཇིག་རྟེན་དག་བརྟེན་དོ། །  
 གཤམ་དེ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་དོ་མཚར་ཡིན་ན།  
 འོ་ན་ནི་ཁྱད་པ་ལ་སོགས་པ་ཞིང་ལ་སོགས་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་འགལ་བར་  
 འགྱུར་དེ་དེ་དག་ལ་མ་འོངས་བའི་འགྲུ་ལ་སོགས་པ་འགྲུག་པ་ལ་ངེས་པར་བྱེད་པའི་  
 ཚད་མ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ།། མི་བསྐྱུ་བ་ལུ་ལ་གྱི་ཚོས་དེ་མཚན་ཉིད་ཙམ་འདྲ་བ་  
 ཅན་ཞིག་ཅེ་ན་ཇི་ལྟར་འདོད་པའི་དོན་དེ་ལྟ་བུའི་ངོ་བོ་འི་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་དེ། ཇི་

ལྷ་འོ་བོ་གང་གིས་དོན་དུ་གཉིས་པའི་མེ་ལ་སོགས་པ་ནི་རི་ལྷ་འདོད་པ་ལྟེ།  
 དངོས་པོ་ལས་མ་འདས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེ་ཟད་པའི་བསྐྱུ་བ་ལོ། རི་ལྷ་འདོད་པ་ཡང་  
 དེ་ཡིན་ལ་དོན་ཡང་ཡིན་པས་ན་རི་ལྷ་འདོད་པའི་དོན་དོ། རེའི་དེ་ལྷ་བྱའི་འོ་བོ་  
 ཉི་དེའི་འོ་བོ་ཉིད་དེ་མེ་ལ་སོར་པའི་འོ་བོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། རེའི་རྣམ་པར་  
 གཞག་པ་ཡང་རི་ལྷ་འདོད་པ་ལྟེ། དོན་གྱི་རང་གི་རྣམ་པ་ལྟེ། ལྷ་འདོད་པས་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་དེ།  
 མེ་ལ་སོར་པའི་དོན་གྱི་རང་གི་རྣམ་པ་བསྐྱེད་པ་དང་འཆོད་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱབ་པར་  
 རྣམ་པ་ཉིད་དོ། རེའི་ལྷ་འདོད་པ་ལྟེ། རེས་དོན་དེ་ལྷ་བྱའི་འོ་བོ་རྣམ་པར་འཛོམས་  
 ཅེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། རྣམ་པའི་ལྷ་འདོད་པ་ཡང་འབྲས་བུ་ཙོམ་པ་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ་མཐོང་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། འབྲས་བུ་ཙོམ་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཡང་དེའི་རིགས་ཅན་ཉིད་ཡིན་པས་  
 ན་འབྲས་པ་མེད་པའི་ཁྱད་པར་དེས་པར་གཞུང་བའི་ཕྱིར་རོ། རེས་པའི་ཙོམ་མི་  
 བསྐྱུ་བ་ན་རྣམ་པ་གཉིས་དེ། སྐལ་འདོད་མཛོད་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་མཛོད་  
 པར་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་དེའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་དེ་  
 རེའི་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་གྱི་ལོ། རེ་ལྷ་བྱུང་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་བའི་འོ་བོ་གང་གིས་  
 དོན་བྱེད་པར་རྣམ་པ་ལྟེ། དེའི་འོ་བོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། རི་ལྷ་འདོད་པ་ལྟེ།  
 མཛོད་ཉིད་དོགས་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱུ་བ་པའི་དོན་དོ། རིས་སྐྱེད་པའི་ལས་  
 དོན་གྱི་རང་གི་འོ་བོ་ཡོངས་སྐྱེད་པ་བཅད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེད་པ་ལ་  
 འཇུག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། མཛོད་པར་འདོད་པའི་དོན་ནི་གང་ཆེད་དུ་བྱས་  
 རས་འཇུག་པ་ལོ། མི་བསྐྱུ་བ་གང་ལ་ད་དང་ཐུད་པར་བྱེད་པའི་མཛོད་ཉིད་དེ་  
 རང་གི་འོ་བོ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་ལོ། མཛོད་སྐྱེད་པར་རིས་སྐྱེད་  
 དཔག་པའི་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིས་སྐྱེད་པའི་ལས་ཡང་མཛོད་

བར་འདོད་པའི་ངང་སྤང་བར་བྱེད་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། འོན་ཀྱི་སྤྱིག་པ་ལ་  
 སོགས་པའོ། རེའི་བྱེད་པ་ན་སྤྱོད་པའོ། རེའི་གནས་པ་ནི་དོགས་པ་  
 རྟེ་ཁམས་ཀྱི་དོན་སྤྱོད་ཚོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། རེ་ནི་ཚད་མས་ཡོངས་སུ་  
 རེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚད་མ་སྟེ་མངན་  
 སྤྱི་དང་རྟེན་སྤྱོད་དབག་པ་དག་གིས་ཡོངས་སུ་རེས་པའི་དོན་མེ་ལ་སོགས་པའོ། །  
 དས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་དོན་བྱེད་པ་ནི་བསྤྱིག་པ་དང་འཆད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །  
 མེ་བསྤྱིག་པ་དང་འཆད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེ་ཐམས་ཅད་བསྤྱིག་  
 པ་དང་འཆད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་མེད་པ་དེ་ལྟར་ན་ཁྱད་པར་གཞུང་བ་ཡིན་ཏེ་  
 དེ་ལྟར་བྱུང་བྱུང་བ་ཉིད་ལ་ནི་འཇུག་པ་ཡན་ལག་ཉིད་ཡིན་ནོ། རྩོ་བའི་རེག་  
 པ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩོ་བའི་རེག་པའི་ཡུལ་ལ་ཡུས་ཀྱི་རྣམ་  
 པར་གྲེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་འཇུག་པའོ། ། སོགས་པ་མཁ་སྤྱི་ནི་སྤྱིག་པ་དང་  
 འཆད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་མིག་གི་རྣམ་པར་གྲེས་པ་འཇུག་པ་གཞུང་ངོ། །  
 འཇུག་པ་དེ་ནི་དང་པོ་མདོན་སྤྱི་གྱི་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ནོ། མི་བསྐྱུ་བར་རེས་  
 པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པར་སྤྱིར་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་ན་མི་བསྐྱུ་བ་ནི་འདིར་  
 སྤང་བར་བྱས་པའོ། དེ་ཡང་འོག་ནས་འཛོག་པར་འགྱུར་རོ། དེ་ལྟ་མ་  
 ཡིན་ན་གཤམ་ཏེ་སྤྱི་གྱི་ཚད་མའི་འཇུག་པ་ཉིད་སྤྱི་གྱི་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་པར་འགྱུར་  
 ན་དེ་ཡང་ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ཚད་མ་ལས་ཐ་དང་བའི་ཚད་མ་ཐོབ་པར་  
 འགྱུར་རོ། མངོན་སྤྱི་གྱི་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱི་གྱི་ཚད་མ་འཇུག་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ་ལ་ལར་གོགས་བྱེད་པ་མིད་པའི་སྤྱིར་རོ། དེ་བས་ན་ཚད་མའི་  
 མཚན་ཉིད་འདི་ཡང་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། འགའ་ཞིག་གི་

མོ་ཆེས་སྤྲུང་བའི་ཞེས་བྱ་བ་གདོན་མི་ཟ་བར་བྱིས་ཀྱི་མངོན་སྲུང་གྱི་འཇུག་པ་...  
 ཉིད་ཐོ་མའི་མི་བསྐྱུ་བ་མ་ཡིན་མེད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་འགའ་ཞིག་གི་མོ་ཆེས་སྤྲུང་བའི་ཞེས་སྤྲུང་བ་  
 བྱིས་འབྱུང་བ་ཅན་གྱི་འཇུག་པ་ཡང་དང་བ་འི་མངོན་སྲུང་གྱི་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 གཤམ་དེ་གང་གི་གནས་སྐབས་ཉིད་ལས་ཤེས། ཇི་ལྟར་མེ་ཉིད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 མོགས་པ་སྒྲུལ་བ་ལ། རྣམ་པ་མཚུངས་པ་ལ་སོགས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་རྣམ་པ་མཚུངས་པ་ཤི། དེ་ལས་གཞན་པ་ཁ་དོག་མཚུངས་པ་ཉིད་དོ།  
 མོགས་པའི་སྐྱེས་ན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དངོས་པོ་དྲན་བས་དེས་སྒྲོ་འདོགས་པ་གཟུང་དོ།  
 དེ་ལྟར་ན་ཅི་འདི་བྱ་སྤྲེགས་ཀྱི་མེ་དོག་གི་ཚོགས་སམ། རོར་བུའི་ཕྱང་པོ་  
 ཡིན་ཞེས་གང་གི་ཚོ་མཐོང་བ་ལ་སགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་འབྱུང་པར་འབྱུང་དོ། །  
 འབྱུང་པའི་རྒྱ་མཚན་པས་ལ་བར་མི་རྣམ་པ་དང་བྱིས་ཀྱི་ཚད་མའི་འཇུག་པ་ལ་ཐོང་  
 པ་མེད་པར་དཔེ་འབྲས་བྱར་བྱུར་པའི་དྲུ་བ་མཐོང་བ་དེ་དེས་པར་བྱས་ནས་གང་གི་...  
 མོ་མེ་ངེས་པར་བྱེད་པ་དཔེ་མོ། ཇིས་སྤྲུང་བའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དང་པོ་འི་  
 མངོན་སྲུང་གྱིས་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ནོ། དེའི་མོ་མངོན་སྲུང་ན་འཇུག་པར་བྱེད་  
 པ་ཉིད་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་ཇིས་སྤྲུང་བའི་ཞེས་སྤྲུང་བའི་ཉིད་ཡིན་ནོ། མི་བསྐྱུ་བ་ཉིད་  
 ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཅུམ་ནི་མངོན་སྲུང་དེ་ཡང་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་ན་འབའ་ཞིག་དུ་བཟོད་དོ། །  
 དྲུ་བ་མངོན་སྲུང་གྱིས་བརྒྱང་བ་ན་དེ་ལ་ཡང་འབྱུང་པའི་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དྲགས་...  
 ངེས་པ་ཉིད་མེད་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་ལྟར་ན་ཅི་འདི་ནི་རྣམ་འབྱུང་པས་སྐྱུ་ལ་མའི་རྒྱ་  
 བའ་རྣམ་པའི་དངོས་པོ་འམ། ཅི་བྱ་བྱིན་གྱི་སྒྲི་བོ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་འབྱུང་  
 པའི་རྒྱ་ཡོད་དོ། ཞེ་ན་འདིར་སྐྱེས་པ་ཇི་ལྟར་ཤིན་དུ་གོམས་པ་གསལ་མ་  
 ཐོབ་པ་ཅན་གྱི་མངོན་སྲུང་འབྱུང་པའི་རྒྱ་སྒྲུངས་པ་ཅན་གྱི་བར་འབྱུང་དོ། ཇི་



[illegible]

ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཆེས་སྤྲུང་བཀ་པ་ཡང་ཡིན་པ་དེ་བས་ན་ཐུག་པ་མེད་  
 བའི་ཕྱིར་ཆེས་སྤྲུང་བཀ་པ་དག་ལ་ངེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའི་  
 ཕྱིར་མངོན་སུམ་ཉིད་ལ་ཞེས་བུ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་དེ་དང་པོ་འི་མངོན་སུམ་གྱི་དོན་  
 བློ་དེའི་དོན་དོ། དེའི་དོན་བྱེད་པའི་ཡུལ་ཚད་མ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་དེའི་  
 དོན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་ཡུལ་ཚན་གྱི་ཚད་མ་ཡོ། ཕྱིས་ཀྱི་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན་ལ་  
 དེའི་དོན་གྱིས་དོན་བྱེད་པའི་ཡུལ་ཚན་ཡིན་པས་ཞེས་བུ་བ་ནི་ཁྱད་པར་གྱི་བསྟུ་བའོ།  
 དེ་ལྟར་ན་ཞེས་བུ་བ་ལ་སོགས་པས་ཆེས་སྤྲུང་བཀ་པ་ཕྱིས་ཀྱི་ཚད་མ་འཇུག་པ་ལ་  
 བརྟེས་བ་སེལ་བར་བྱེད་དོ། ཆེས་སྤྲུང་བཀ་པར་བཞི་དག་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་  
 དེའི་རང་བཞིན་དགས་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་དེའི་རང་བཞིན་ཅན་དེ་བྱས་པ་ཉིད་ལ་  
 སོགས་པའི་དགས་སམ་འབྲས་བུ་དུ་བ་ལ་སོགས་པ་དགས་ཅན་གྱི་ཤེས་པའི་བྱ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བུ་བ་འདི་དང་སྒྲུར་རོ། དེ་ལྟ་བུར་བྱར་པའི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཞེས་བུ་  
 བ་ནི་རང་བཞིན་དུ་བྱར་པ་དང་། འབྲས་བུར་བྱར་པའི་དངོས་པོ་དང་བྲལ་བར་  
 ཞེས་བུ་བའི་དོན་དོ། དེ་བས་ན་ཆེས་སྤྲུང་བཀ་པ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཚད་མ་  
 ཉིད་དུ་ནམ་པར་བཞག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཐུག་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ལེན་  
 དག་དུ་ན་ཞེས་བུ་བ་ནི་མངོན་སུམ་ལ་ཡོ། ལོམས་པ་མེད་པར་མཐོང་བ་བསལ་  
 པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཁྱད་པར་ངེས་པ་མེད་པ་ཡིན་དེ། འདིས་ནི་དང་པོ་ཉིད་ཀྱི་འཇུག་  
 བར་བྱེད་པའི་གནས་སྐད་བཤད་དོ། དེའི་ཆོ་ཐེ་ཆོས་གྱིས་ཀྱང་འཇུག་པར་  
 བྱེད་དོ། ལོམས་པ་ལས་ཀྱང་ཁྱད་པར་ངེས་པར་གཟུང་བ་ཡོད་ན། ཕྱིས་ཀྱི་ཚད་  
 མའི་འཇུག་པ་ལ་མངོན་སུམ་ཡང་བརྟེས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དོན་གྱིས་བཤད་པར་  
 འབྲུར་རོ། ལལ་དེ་ཕྱིས་ཀྱི་ཚད་མའི་འཇུག་པས་དང་པོ་འི་མི་བསྟུ་བ་

ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན་དེ་དོགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། དེ་མི་དེའི་ཚོ་  
 འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་དེ་འདས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། བདེན་དེ་འཇུག་  
 པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་དེའི་ཚོ། དེའི་ཚད་མ་ཉིད་ཀྱིས་ངེས་པ་ལ་སྟོང་བ་ནི་མ་  
 ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་ཚད་མས་ངེས་པ་དེ་ལ་དེའི་རིགས་ཅན་ཉིད་ཀྱི་མངོན་སྲུང་གྱིས་.....  
 བསལ་བའི་བྱེད་བྱུག་གཞན་མི་བསྟུ་བ་ཅན་ཉིད་དེས་པའི་དོན་དུ་ཡིན་ནོ། གལ་  
 དེ་སྤྱིས་ཀྱི་མངོན་སྲུང་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཐུག་པ་མེད་པར་དོགས་པ་.....  
 ཡིན་དེ་རི་ལྟར་ན་མངོན་སྲུང་སྒྲ་མ་དང་བྱུང་བར་མེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། སྟུང་པ་  
 དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐེ་ཚོམ་ཟེ་བ་སྟེ། རི་ལྟར་མེའི་ཤེས་པ་དང་  
 པོ་མེ་མེད་པར་ཡང་འཇུག་པར་ཐེ་ཚོམ་ཟེ་བ་དེ་ལྟར་སྟེག་པ་དང་འཚོད་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཤེས་པ་ཡང་ཅི་མི་ལམ་དང་འདྲ་བར་མེ་མེད་པར་སྟེག་པ་དང་འཚོད་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཤེས་པ་སྟེ་བ་འཇུག་ཅི་ཡོད་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བར་སྤྱིར་རོ། ཅི་སྟེ་དེ་ལ་ཡང་  
 མི་བསྟུ་བ་གཞན་བཞུགས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལ་ཡང་གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐུག་པ་མེད་པ་  
 ཡིན་ནོ། ཅི་སྟེ་ཤེས་པ་འགའ་ཞིག་མི་བསྟུ་བར་རང་ཉིད་ཀྱིས་འདོད་ན་དང་  
 པོའི་ཡང་དེ་ཁོན་བཞིན་དུ་འགྱུར་རོ། དེ་སྒྲིད་དུ་ཡང་གཞན་ན་མ་ལེན་གྱིས་  
 རི་ལྟར་དང་པོའི་ཤེས་པ་ཉིད། དེ་མི་བསྟུ་ལ་བཞུགས་འགྱུར་ན། དེ་  
 ལྟར་མི་བསྟུ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་། མི་བསྟུ་བ་ཡང་བཅའ་བར་བྱ། གལ་དེ་  
 ལ་ལར་རང་ཉིད་ལས། ཚད་མ་ཉིད་དུ་འདོད་ན་ནི། དང་པོ་འེ་  
 དེ་ལྟའི་དངོས་ཡིན་ན། རྒྱ་གང་གིས་ན་རབ་དུ་སྤང་། ཞེས་སྟུང་སོ།  
 མ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལན་འདེབས་པར་བྱེད་པ་ལ། གཉི་ག་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་རེར་སྤང་བ་དང་བསྟེག་པ་ལ་སོགས་པ་སྤང་བ་དག་གོ། མེར་སྤང་



དང་པོ་འི་མེ་དང་ཆུ་མུང་བའི་ཤེས་པ་ཡང་གོམས་པ་མེད་པ་ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཚད་  
 མ་ཉིད་ཀྱིས་གཞུང་དུ་ཟིན་ཀྱང་འབྲུག་པ་འི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ངེས་པ་སྤེད་པའ་  
 རྒྱུ་པ་མེད་པ་དེ་བས་ན། དེ་ལ་ཕྱིས་ཀྱི་ཚད་མ་འཇུག་པས་ཚད་མ་ཉིད་དུ་ནམ་  
 པར་བཞག་པ་དེ་ལྟར་ན་གཞན་ལས་ཚད་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ཡང་གོམས་པ་ཡོད་ཅིང་  
 གསལ་པ་ཅན་ཐོབ་པ་ན་རང་ཉིད་ལས་ཡིན་དེ་སྤར་ཇི་སྒྲུང་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། དེ་  
 བས་ན་འདི་ལྟར་མངོན་སུམ་ནི་རང་དང་གཞན་ལས་ཚད་མ་ཡིན་ལ་རྗེས་སུ་དབག་པ་  
 ཉིད་ཉིད་ལས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་གནས་སོ། ། གལ་དེ་སྤར་གཞུང་བའི་དོན་ཕྱིས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྒྲུང་ཅིག་མ་ཉིད་ལ་བདེན་ནས་གོམ་པ་ཡིན་ནོ། མ་ཡིན་  
 དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ལན་འདེབས་པར་བྱེད་དོ། འདི་སྒྲུང་དུ་ནམ་པ་གཅག་  
 ཉོགས་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ངག་དོན་སྤྱུ་གཅིག་དུ་ངེས་པར་བྱེད་  
 ཅིང་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་དེ་ལྟར་ནམ་པར་འཇོག་པ་ཡིན་དེ། ཚད་མའི་  
 རྒྱུ་པར་འཇོག་པ་ནི་ཐ་སྒྲུང་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བསྟན་པར་འགྱུར་ངོ། །  
 ཚད་མ་སྤྱི་དག་གི་དོན་དམ་པར་ཡུལ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཡང་སྤྱི་ཇི་སྒྲུང་བཤད་པའི་  
 སྤྱོད་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་དེ་ལྟར་ན་ཕྱིས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤོམ་པ་ལ་  
 ཚད་མ་སྤྱི་མའི་ཡུལ་མེད་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚད་མ་སྤྱི་མའི་ཡུལ་ནི་ཚད་  
 མ་ཕྱི་མའི་ཡུལ་ལ་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། རྒྱ་མེད་པར་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་  
 ཡང་མ་རུང་སྤྱི་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་ཉིད་ལྟ་བུའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་  
 ན་ཚད་མ་ཕྱི་མའོ། དེའང་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚད་མ་སྤྱི་མའི་  
 ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཉི་བར་བདགས་པ་སྟེ། འབྲས་བུ་ལ་ཡང་རྒྱ་ཉི་བར་  
 བདགས་པའི་ཕྱིར་རོ། གལ་དེ་འོན་ཀྱང་ཚད་མ་ཕྱི་མ་འཇུག་པར་བྱེད་པས་



བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོམ་པ་ལ་ཚད་མས་ཡོངས་སུ་བཅད་པའི་དོན་གྱི་ཡུལ་  
 བྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དང་བོ་འི་ཚད་མས་གཙང་པའི་དོན་གྱིས་གྲུར་བ་ཡོད་ན་དེའི་རིག་  
 ཅན་དོན་བྱེད་པའི་དུས་ན་ཡུལ་སྟེ་བར་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཚད་མས་ཡོངས་  
 སུ་བཅད་པའི་དོན་གྱི་ཡུལ་ཡིན་ནོ།། འདིར་ཡང་དུག་པའི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ནོ།།  
 དེ་ནི་ཚད་མ་སྟེ་མ་གང་ཡིན་པའི་ཚད་མ་སྟེ་མ་དེའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་པ་སྟེ་  
 མའི་མི་བསྐྱུ་བ་མ་ཡིན་དེ་སྟེ་དེའི་གྱི་དོན་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྟེར་རོ།། དན་  
 དམ་པར་ཡི་བསྐྱུ་བ་ལ་བྱེ་བྲག་ཅི་ཡང་མེད་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉི་ག་ལ་ཡང་ནམ་  
 བར་བཞག་པ་ལ་ནི་རིགས་བས་མཐར་གདུགས་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྟེར་རོ།། གཤམ་  
 དེ་ཐེ་ཚོམ་དང་ཡོག་པའི་ཤེས་པ་ལས་ཀྱང་འགའ་ཞིག་གི་ཆོ་འཇུག་པ་དོན་ལ་མི་  
 བསྐྱུ་བར་འགྱུར་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནམ། དེ་བས་ན་དེ་ཡང་ཚད་མར་ཐམ་བར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མི་བསྐྱུ་དེ་དང་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོམ་པ་ལ་  
 དེས་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདྲོད་པའི་དོན་དང་སྤང་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་དེས་པའི་དོན་  
 མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་འདྲོད་པ་ཉིད་དང་སྤང་བ་ཡིན་གྱི་མི་འདྲོད་པ་དང་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ།། ཐེ་ཚོམ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་ལས་ནི་མི་འདྲོད་པ་དང་  
 ཡང་སྤང་བ་ཡིན་ནོ།། ཅིག་ཤོས་དག་གིས་འདྲོད་པ་དང་སྤང་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་  
 བ་འདི་ནི་འདྲོད་དེས་པ་མིན་པར་འདྲོད་དོ་རྟུམ་པས། གཤམ་དེ་སྟེས་བྱའི་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོམ་སོ།། དེ་ནི་ཚད་མས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་  
 གྲུབ་པའི་མཐར་སྐྱེ་བའི་ཡིན་ནོ།། འདྲོད་པ་དང་སྤང་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དེས་  
 པའི་དོན་ཡིན་པ་ནི་སྟེ། དེ་ལྟ་ན་ཡང་རྩོན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ།། ཞེ་  
 ན་འཇུག་པ་ཡོད་པ་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོམ་དེ། ཐམས་ཅད་བྱ་

གཤམ་བྱད་པའི་རྒྱ་མེད་ན་ཞེས་བྱ་བ་ཁོང་ནས་དབྱུང་ང་། བེ་ཚོམ་གྱི་ཤེས་  
 བ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ནི་གོགས་ཅིད་པའི་རྒྱ་མེད་པར་ཡང་སྤང་བ་མེད་དོ། །  
 གཤམ་ཏེ་འདོད་པའི་དོན་དང་སྤང་བ་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ཞིང་དེ་ཡང་ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་ན།  
 འོན་ནི་དེ་ལྟར་ཚད་མ་ལས་ཐ་དད་པ་ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་དང་ཚད་མ་  
 ཐམས་ཅད་ལ་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ནམ་པར་གཞག་པ་བྱུང་བ་མེད་པ་ཅན་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་དེའི་ཕྱིར་སྤང་པར་རྒྱས་པ་ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་དེ། ང་  
 ཡང་ལ་ལར་འདོད་པ་ཉིད་ལ་མི་བསྐྱུ་བའི་འབྲས་བུ་མོ་སྒྲོ་ནས་ཤེས་པར་འགྱུར་ཞིང་  
 ལ་ལས་དེའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བས་སོ། ། ལྟར་མི་བསྐྱུ་བ་ཚད་མ་ཉིད་བྱ་  
 བ་ཤད་པ་མ་ཡིན་ན། དེ་ནི་རྒྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཤད་པ་ཆེ་ལྟར་ན་འགཤམ་པའི་  
 ཉེས་པ་མེད་ཅེ་ན། དེའི་ཕྱིར་རྒྱས་པ་དེ་ཉིད། འདེའི་མ་བསྐྱུ་བ་  
 ཡིན་པར་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་དེ་མི་བསྐྱུ་བའི་རྒྱ་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་པར་  
 བརྗོད་དོ། ། འོན་ཅི་ལྟར་ན་དོན་བྱེད་རྒྱས་པར་གནས་པ་ནི་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་དེ་  
 ཞེས་བཤད་ཅེ་ན་མི་བསྐྱུ་བར་བྱེད་པའི་ངེས་པའི་ཤེས་པའི་རྒྱ་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཇི་ལྟར་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་ལྟར་བཤད་པ་ལྟ་བུ་འོ། ། ཕྱི་རྒྱུ་ལྱི་དོན་ལ་སྒྲ་ཅད་  
 མར་ངེས་པར་བྱས་ནས་གཤམ་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ལ། དེ་དང་  
 དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་བསྐྱུ་བ་ནི་སྒྲ་ལས་བྱུང་བ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་དེ་ཕྱི་རྒྱུ་ལྱི་དོན་དང་  
 སྒྲ་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་དང་དེ་ལས་བྱུང་བའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེའི་བདག་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་དེ་རང་གི་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ལས་བྱུང་  
 བ་ཡང་མ་ཡིན་དེ་དོན་མེད་པར་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། འདོད་པར་ནི་འགྱུར་  
 ན་སྒྲ་ལས་བྱུང་བ་ཚད་མ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲས་དེ་སྒྲ་



ཡམ་ཕུང་མ་ཚད་མ་གཞན་ཡིན་ནི་རྩིས་སྤྲུང་པ་ལ་ཕྱིར་རོ། རི་ལྷར་ན་སྤྲུང་  
 ཡོད་ན་སྤྲུང་བསྐྱར་བའི་ཤེས་པ་དང་སྤྲུང་ཀུན་ནས་བསྐྱར་བའི་ཤེས་པ་ནི་ཚད་མ་ཡིན་  
 ལོ། རིའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྤྲུང་ཡང་ཚད་མ་ཞེས་བཞེད་དོ། རྩལ་  
 པ་མེད་པ་དེ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ལན་འདེབས་པར་བྱེད་དེ་དེ་  
 བས་ན་འདིས་ནི་བཞེད་པར་འདོད་པའི་སྤྲུང་ནི་ཚད་མ་ཉིད་པ་འགྲུར་དོ། གཤམ་དེ་  
 འབྲུལ་པ་ལས་གཞན་བཞེད་པར་འདོད་པས་སྤྲུང་གཞན་བཞེད་པ་སྤྲུང་པར་འབྲུར་བ་དེ་  
 ལྷར་ན་ཡང་དེ་དང་དེ་བཞེད་པར་འདོད་པ་ལས་སྤྲུང་པའི་སྤྲུང་གི་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་པ་  
 ཉིད་ཡིན་མོ། རི་ཡང་བོན་གྱི་སྤྲུང་པས་ལ་སོགས་པས་རྟོགས་པར་ལུས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་ཤེས་བཞེད་པར་འདོད་པའི་བྱུང་པར་དང་བྱུང་པར་ཤེས་པ་མེད་པ་ན་དེ་དེ་བཞེད་  
 པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རྩིས་སྤྲུང་པ་ལ་ཕྱིར་རོ། བྱམ་པའི་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པའི་ཤེས་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བའི་བྱམ་པའི་ཤེས་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་  
 པ་ལས་ཤེས་པས་ས་བཤོ། མཚན་ཉིད་འབྲུལ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚད་  
 མ་སྤྲུང་མེད་ཅན་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཕྱིར་མཚན་ཉིད་དེ་འབྲུལ་པ་ཡིན་དེ་རྟོག་པ་  
 དང་བཅས་པའི་ཤེས་པ་མི་སྤྲུང་བ་ཅན་ཡིན་ན་ཡང་ཚད་མ་དང་ཁས་མ་སྤྲུང་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། རི་ལྷར་ན་གཞན་ཡང་མི་འབྲུར་རོ། འདེགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 སྤྲུང་ནི་ལྷར་པ་དང་རྣམ་པར་བྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་གཞན་དོ། གཞན་པ་འདི་ནི་པའི་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་ཚད་མ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་ལོ། རི་ལྷར་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 གནས་པའི་བྱུང་པར་བྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱམ་པའི་ཁ་དོག་ལ་དམིགས་པ་ནི་རི་ལྷར་  
 གཞན་པའི་རྣམ་པ་ཉིད་ལ་བྱམ་པ་ཞེས་བཞེད་པའི་བྱུང་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཤེས་  
 པ་སྤྲུང་པར་འབྲུར་རོ། རི་བཞིན་དུ་དང་གི་མཚན་ཉིད་ཡོད་པའི་རི་མོ་འདི་ནི་

ལ་ན་ཡོད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དང་། གསལ་བ་གྲགས་མེད་ལ་ཡོངས་སུ་བཅད་  
 བ་ན་གཅིག་ཅེས་བྱ་བ་དང་། གྲོགས་གཞན་དམིགས་པ་ན་གཉིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་དང་ཐུང་གི་བྱ་གས་ཀྱི་ཆ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་དངོས་པོ་གཞུང་བ་ལ་.....  
 འདི་གས་པ་ཞེས་བཞེད་པས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། དེ་བས་ན་བྱམ་པ་དང་ཡོད་  
 བ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ཕྱལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་གཞུང་བ་འདྲིན་པའི་ཕྱིར་.....  
 ཚན་མ་མ་ཡིན་ནོ། འདིས་ནི་འདྲི་སྐད་དུ། ཚད་མ་སྤྱི་མེད་ཅན་ཤེས་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་འདྲིའི་ཚད་མའི་སྒྲུ་དང་པོ་འཇལ་བར་བྱེད་པ་ནི་ཚད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་....  
 འབྲེལ་བའི་དོན་ཡིན་ནོ། དེ་བས་ན་དོན་མ་རྟོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྟོག་པ་པོ་ཉིད་  
 ཡིན་པ་ན་མི་བསྐྱེད་པ་ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཚད་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་མཚན་ཉིད་དུ་བྱས་  
 པའི་ཕྱིར་ཐལ་ཆེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སྟོན་དོ། ཚད་མ་སྤྱི་  
 མེད་ཅན་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མཚན་ཉིད་ལ་ཤེས་པ་སྒྲོས་པ་བྱས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་...  
 ལ་གས་དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེས་པའི་རྒྱ་འདྲི་བར་བྱེད་པའོ། དེ་  
 ལྟ་བུའི་ནམ་པ་ཅན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་དོན་མ་རྟོགས་པ་ཉིད་དང་མི་སྤྱི་བ་དང་ཐུན་པའི་འོ།  
 སྐྱེས་བའི་དོན་ཅེས་བྱ་བའི་ཆེད་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། ཚད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནམ་པར་ཚད་པའོ། དེ་ཡང་སྤང་བར་བྱེད་པ་དང་དོར་བར་བྱ་བ་  
 དགྲུ་ལ་ལེན་བྱ་དང་དོར་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་ནོ། ཚད་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་གང་ཚད་མ་ཅམ་ལ་རྒྱ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་རྒྱ་གཞན་གྱིས་ནི་ཆར་མ་ཡིན་དེ་དཔེར་  
 ན་གཞུང་བྱ་རྟོགས་པ་ལྟ་བུའོ། དེ་ཡང་བྱེད་པར་ཅན་ཞེས་བཞེད་དེ་གདོན་  
 མི་པར་འགྱུར་བ་ནི་བྱེད་པར་ཡིན་ལ་དེས་སྟོད་པའི་ཕྱིར་བྱེད་པར་ཅན་ནོ། ཚད་  
 མ་ཡོད་ན་གདོན་མི་པར་གཞུང་བྱ་རྟོགས་པར་འགྱུར་དེ་ ཚད་མ་ལས་ཐ་དད་པ་

མེད་པའི་ཕྱིར་སྟོ། ཚད་པའི་འབྲས་བུ་ནི་མ་ཡིན་དེ་གོགས་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ལ་ཚད་པའི་འབྲས་བུ་ཤེས་པས་སྒྲང་པར་བྱ་བའི་དོན་ཤེས་ནས་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འཆད་པར་བྱེད་དོ། །དབང་བོ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 སོགས་པའི་སྒྲས་ནི་དོན་དང་བདག་དང་ཡིད་དང་དེ་དག་སྤང་པར་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་  
 དེ་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབང་བོ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་ཙམ་བཟོས་པ་མེད་  
 པའི་ཡུལ་ཙན་གྱི་དོགས་པས་མོ། །དེ་བས་ན་དག་ཏུ་འཇུག་པར་འཇུག་རྒྱུ་ཞེས་  
 བྱ་བར་དགོངས་སོ། །ཇི་ལྟར་རིགས་པ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲང་པར་བྱ་བ་  
 དང་དོར་བར་བྱ་བ་དོར་བའོ། །བསམས་པ་ནི་འདི་དང་འདི་བྱའོ་སྒྲུམ་དུ་སེམས་  
 པའོ། །དབང་བོ་ལ་སོགས་པ་བསམ་པ་སྟེན་དུ་གཏང་བ་ཙན་འཇུག་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་དང་བོ་འི་ཤེས་པ་ཉིད་འཇུག་པའི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་དབང་བོ་ལ་  
 སོགས་པ་ན་མ་ཡིན་ནོ། །བསམ་པ་དང་ཡུལ་དེར་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་  
 ཀྱང་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དག་མ་ཡིན་ནས། བདེན་དེ་དེ་ལྟ་ན་ལང་དེ་ལས་གཞན་  
 དུ་གྱུར་པ་ཚད་མ་དེ་ལས་གཞན་པ་དེའི་སྟོབས་ལས་བྱུང་བ་ཙན་ཏི། ཚད་  
 མའི་སྟོབས་ལས་སྟེ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་དེ་ནི་དང་བོ་འི་འཇུག་  
 པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ནོ། །ཚད་མས་མགོང་བའི་དོན་གྱི་ཡུལ་ཙན་དེ་དག་ནི་  
 དེའི་ཡུལ་ཙན་དག་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་དོན་མ་དོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་དོགས་  
 པ་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་བོ་འི་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ཚད་མ་ཡིན་པེ་དང་མོ་  
 འཇུག་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོན་མ་དོགས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་སྟོ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟེ་ཡུལ་དང་  
 འདྲ་བ་ཉིད་དོ། །འདི་ནི་སྟོན་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་ལ་འདི་ནི་སེར་བོ་འི་ཤམ་གྱི་ཡིན་

བོ་ཞེས་ཕུ་བ་ནི་དོན་སོ་སོ་ལ་ཐ་དང་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན།      ཉམས་སྤྱོད་པའི་  
 བདག་ཉིད་ཐ་དང་པ་མེད་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཞེས་ཕུ་བ་ནི་ཉམས་སྤྱོད་པའི་བདག་ཉིད་དུ་  
 ཟློས་ལ་སོ་སོ་ལ་ཕྱུག་དང་པར་བྱེད་པ་ལས་གཞན་དུ་ཐ་དང་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 འབྲས་ཕུ་འདི་ཞེས་ཕུ་བ་ནི་ཕྱུག་དོགས་པའོ།      དེ་ཡོད་ན་ཡང་འགའ་ཞེག་གི་  
 ཆ་ཞེས་ཕུ་བ་ནི་པལློག་པ་བཟོད་པར་བྱེད་པའོ།      དེའི་ཞེས་ཕུ་བ་ནི་ཕྱུག་དང་  
 བསྐྱེད་ཉིད་ཀྱི་དོ།      དེ་ནི་ཕྱུག་དོགས་པ་ཉིདོ།      ཆོད་པ་མེད་པ་དེའི་  
 ཟློང་གཞན་ལ་བསྟོན་པ་མེད་པ་ཆན་ཕྱུག་དང་པར་བྱེད་འབྲས་ཕུ་ནས་པར་བཞག་  
 མཐི་དྲི་ཡིན་ནོ།      བཟོད་པའི་ཞེས་ཕུ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོད་པ་པའི་གཟུང་  
 ལ་དོགས་པ་བསྐྱེད་པའོ།      བཟོད་པའི་ཕྱུག་ལ་ཞེས་ཕུ་བ་ནི།      སྒྲིག་བྱེད་པའི་ངག་  
 གི་ཕྱུག་པའོ།      ལྷུང་པའི་སྒྲ་དོན་ཐ་དང་པར་བྱས་ནས་མངོན་པར་གསལ་  
 བཤམ་སྟེ་བཞེས་ཕུ་བ་ལ་སོགས་པ་ནས་པར་དོག་པར་བྱེད་དེ་གཞན་ལས་སྟེ་པའི་  
 དེས་པ་ནི་མངོན་པར་གསལ་པའོ།      ལྷུང་པ་ཞེས་ཕུ་བ་ནི་མངོན་པར་  
 གསལ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དོགས་པར་བྱ་ནི།      དག་པར་སྒྲ་འདི་གཟུང་གིས་འདྲིར་  
 བཟོད་ཕྱིས་པ་ཡིན་ནོ།      འབྲས་ཆན་ལྷུང་པ་ཞེས་ཕུ་བས་ན་སྟེ་བཞེས་ཕུ་བ་  
 དོགས་པར་འགྱུར་པོ།      གཞན་གྱིས་ཆོད་མ་དག་ནི་རང་ལས་ཆོད་མ་ཉིད་ཡིན་  
 བོ་ཞེས་ཕུ་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་སྒྲིམ་ཀྱིས།      ལྷུང་པའི་སྒྲ་རབ་དུ་བྱུར་པ་མེད་པ་  
 མ་ཡིན་ནས་འདི་སྒྲ་རང་ལས་ཆོད་མ་ཉིད་དེས་ཕུ་བ་ལས་གཞན་གྱི་མེ་མཐོང་པར་ཁོངས་  
 བྱས་དབྱུང་པར་བྱའོ།      དེ་ལ་གལ་དེ་དེ་ཞེག་ལྷུང་པའི་སྒྲ་ཁོང་ནས་དབྱུང་པ་  
 དེའི་ཆོ།      དེ་ལྟར་ནས་པར་དོག་པ་དང་བྱ་བ་དང་གང་གིས་ཆོ་ཁོངས་ནས་  
 མི་འགྱུར་པ་དེའི་ཆོ་ཡང་རང་ཉིད་ལས་ཆོད་མ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཟོད་པ་ན་ཅི་དེས་

བཅས་སྐྱེ་བ་ཞེས་བཞུང་བར་བྱའོ་སྐྱེ་བ་ལས་པའོ།། དེ་ལ་གལ་དེ་སྐྱེ་  
 ལྷུ་བ་བ་སྐྱེ་བའི་བཞུང་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཚེ་ཆད་མའི་སྐྱེ་བ་ཞེས་ལས་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པ་  
 དེ། བདག་ཉིད་ཀྱི་རང་གིས་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་ཆད་མ་སྐྱེ་བར་བཞུང་བའི་བྱིར་རོ།  
 ཤེས་བ་སྐྱེས་བའི་ཆད་མའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཞིང་སྐྱེས་བ་ཡིང་  
 མ་ཡིན་ན་ཞེས་བརྟན་བའི་བྱིར་རོ། དེ་གིས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་སྐྱེས་དེ་སྐྱེས་པ་དང་མ་སྐྱེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གནས་སྐབས་དག་ལ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་བདུན་པའི་ཚིག་གཉིས་པའོ།། ཆད་མ་དང་དེར་སྐྱེ་བ་དག་སྐྱེ་བའི་  
 རྒྱས་ན་བྱུང་བར་ངེས་པར་གཞུང་བ་མེད་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོས་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་  
 བར་ཤེས་པར་བྱའོ་དེ་སྐྱེ་བ་བཞུང་བ་དེས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བ་པས་སོ། །  
 བརྟན་བཅོས་ནི་སྐྱེས་པ་བསྐྱེག་བའི་རོལ་ཡིན་གྱི། རང་ལས་ཆད་མ་ཉིད་  
 དེས་པ་ན་ཆད་མའི་ལྷུ་ལ་ཅན་གྱི་སྐྱེས་པ་ཡིད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། རང་ཉིད་  
 ཀྱི་བཞུང་བ་ལ་གཞིན་པར་བྱེད་རོ།། ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཚན་ཉིད་བྱེད་པ་ན་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་དཔེས་ཆད་མ་མཚན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གཞན་ལས་ཆད་མ་  
 ཉིད་ལས་སྐྱེས་པར་འགྱུར་རོ།། ངོ་བོ་དེས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་དེ་ཉིད་  
 ལྷོན་དེ་མཚན་ཉིད་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དང་སྐྱུར་རོ།། ཅིའི་བྱིར་བྱེད་  
 ཅེ་ན་ངོ་བོ་དེ་སྐྱེ་མཚན་ཉིད་བཞུང་བའི་ངོ་བོས་སོ།། གཞན་གྱི་སྐྱེ་དོགས་པར་  
 བྱ་བས་ཆད་མ་རིག་པར་བྱ་བའི་བྱིར་རོ།། དེ་མང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་པ་ན་གཞན་ལས་ཆད་མར་དོགས་པར་ཐལ་བའི་བྱིར་རོ། །  
 ཡོག་བའི་དོན་ཅན་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བའི་ཀྱན་ནས་བརྟན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 པའི་དོན་ཅན་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བའི་ཆགས་དང་། ཞེ་སྐྱེ་བ་སོགས་པའོ།། དེ་

དག་མེད་པར་ཀྱན་ནས་བཟུན་ཅིང་བཤོད་པསོ། དེ་སྐད་དུ་ལོག་བ་ཉིད་རྒྱ་ངེས་པ་  
 བེ། སྤྱིས་བྱ་དག་ལ་རྣམ་པར་གཏམ། སྤྱིས་བྱས་བྱས་པའི་ལག་ནི་ལོག་པའི་དོན་  
 ཅན་ཉིད་དུ་བསམ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། རིག་བྱེད་སྤྱིས་བྱས་པ་མིན། །དེའི་  
 སྤྱིར་འདི་ནི་ཚད་མ་ཡིན་ཞེས་བཤོད་བ་ཡིན་ནོ། ཅི་སྤྱིས་བྱས་མ་བྱས་  
 པ་ཉིད་ཀྱིས་ཚད་མ་ཉིད་མ་ཡིན་འདིར་བསམ་བ་ཡིན་གྱི་ཚད་མ་ཉིད་སྤྱི་བ་བ་མི་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་ན། འོ་ན་ཚད་མར་ཡང་དེ་མ་འགྱུར་རོ། གཤམ་དེ་  
 གཉི་ག་སྤྱི་བ་དེ་ནི་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་འོ་ན་ནི་གཞན་དུ་མི་འཐད་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་དེ་བྱེད་ཅག་གི་གཞན་དུ་མི་འཐད་པ་ཡང་དོན་གྱིས་གོ་བར་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་གཞན་ལས་ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། རང་རིག་བར་འདོད་  
 བར་འགྱུར་ན་སྤྱོད་པ་བ་རང་རིག་པ་ཡང་མི་འདོད་དོ། དེ་ཡང་གཞུང་བ་ཉིད་  
 བེ་ཡིན་མེད་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚད་མ་ཉིད་དེ། ཤེས་པ་ཆ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་  
 རང་རིག་པར་འགྱུར་བ་ན། བསམ་ཅད་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དོན་དོ། འོན་ཀྱང་གཞུང་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཇི་ལྟར་ཉམས་སྤྱོད་བཞེན་དུ་ངེས་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། དེ་བས་ན་དེ་ལ་མངོན་སུམ་ནི་ཚད་མ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ།  
 ཚད་མའི་སྤྱིས་འབྱུང་བ་ཅན་གྱི་ངེས་པ་སྤྱོད་པའི་སྤྱིར་མངོན་སུམ་ནི་གཞུང་བའི་རྣམ་  
 པ་དག་ལ་ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་ནོ། འོན་ཀྱང་གཞུང་བའི་རྣམ་པ་དག་ལ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་བསམ་དེ་ཉིད་སྤྱོད་པའོ། གཤམ་དེ་གཞུང་བར་མཚུངས་པ་ཡིན་ན་  
 འགའ་ཞིག་ལ་ངེས་པའི་རྒྱ་ཡང་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན་མཐོང་བ་ལ་སྤྱོད་པར་མེད་ན་ཡང་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་དེ། དོན་དུ་གཉེར་བ་ནི་དེ་མངོན་པར་འདོད་པ་  
 ཉིད་དོ། ལོམས་བ་ནི་ཡང་དང་ཡང་དུ་མཐོང་བའོ། སྐབས་ནི་གཏམ་

སྐབས་སོ། སོགས་པའི་སྐྱེས་ནི་དེར་འབྱུང་བ་མེད་པའི་དོན་གཞན་ཉི་ཤ་དང་  
 དེར་འབྱོར་པའི་ཡུལ་དང་དུས་ལ་སོགས་པ་གཞུང་ངོ་། བ་སྟང་གིས་ནི་ཚད་  
 མ་ཉིད། འཇུག་པ་ལས་སྤར་ཞེས་བྱ་བར་དོགས་པར་བྱའོ། ཡང་དག་  
 པའི་ཞེས་པའི་ཉི་ཤར་མཚན་པར་བྱེད་པར་གྱུར་པའི་ཚེས་སྟོན་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་  
 གྱི་བསྟན་བཅས་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པའི་ཉི་ཤར་མཚན་པར་བྱེད་  
 པར་འགྱུར་བའི་ཚེས་གང་ཡིན་པ་དེ་སྟོན་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་དེ་ཉིད་བསྟན་  
 བཅས་གང་ལ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བར་མོག་ནས་པར་སྤྱར་ངོ་། ཡང་ན་ཡང་དག་  
 པའི་ཤེས་པའི་ཉི་ཤར་མཚན་པར་བྱེད་པར་ཡང་དག་པ་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཚེས་  
 དེ་སྟོན་པའོ། ལྷན་མ་ནི་སྤྲུལ་དང་འབྲེལ། ཚད་མ་རབ་དུ་བྲགས་  
 པ་ཉིད་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འདི་སྟངས་དུ། ཚད་མ་དང་ནི་བ་སྟང་ནམས།  
 དེ་བྱས་པ་ནི་རབ་བྲགས་ན། ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་བཤད་བ་ཡི། འདོམས་  
 པ་དག་ནི་མི་ཤེས་སོ་ཞེས་སྐྱེས་སོ། མ་ཤེས་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་ཀྱང་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སགས་པ་ལ། གཞན་མཚན་ཉིད་གཉིས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཇིག་རྟེན་  
 གྱི་བཟོད་པར་བྱེད་པས་འདི་ནི་གཅིག་ཡིན་ལ། འདི་མི་གཞན་ནམ་པ་གཉིས་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། ཡང་ན་གཞན་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 འདིས་ཁྱབ་པ་ཉིད་སྟོན་དེ། གཞན་མཚན་ཉིད་གཉིས་པ་ཡང་བྱར་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་དེ། གང་ལས་འདིས་མ་ཁྱབ་པའི་ཡུལ་ལ་མཚན་ཉིད་གཞན་འཇུག་པར་  
 འགྱུར་ངོ། འདི་ཉིད་ཀྱིས་ཚད་མ་གཉིས་ལ་ཁྱབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤར་ངོ། དེ་  
 སྟངས་འདི་ནི་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་གཉིས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པར་འགྱུར་ངོ། མི་  
 ཤེས་པའི་དོན་གྱིས་ཞེས་བྱ་བའི་ནམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི་དངོས་པོ་འདི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་

ཀྱི་ལོ། དེ་དང་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་ཤེས་པ་འི་དོན་གསལ་པར་བྱེད་པ་འི་མཚན་ཉིད་  
ཅན་གྱི་ཚད་མ་ཉིད་རོ། གཤམ་དེ་མི་ཤེས་པར་གསལ་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཙམ་  
ཀྱི་ཚོག་མཛད་དོན་གྱི་སྒྲུལ་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེ་ན། དོན་སྒྲོས་པ་ན་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་སོ།  
མི་ཤེས་པ་དེ་ཞེས་བྱ་བ་མི་སྒྲུབ་པ་གཉིས་པ་ལ་སོགས་པ་ལོ། དེ་དོན་མ་ཡིན་པ་འི་  
ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་དོན་ནི་དོན་བྱེད་པར་བྱས་པ་ཡིན་ན་སྒྲུབ་པ་གཉིས་པ་ལ་སོགས་...  
པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་འི་དོན་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ རྟོག་པ་འི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
མེད་པ་འི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ལོ། དོན་བྱེད་པས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ནི་མི་ཤེས་པ་འི་དོན་གྱི་  
ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་གསལ་པར་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་ན། མི་ཤེས་པ་འི་དོན་གསལ་  
པར་བྱེད་པ་འི་སྒྲུབ་དོན་མཛོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བྱ་བ་འདི་བརྟན་པར་  
འགྲུར་རོ། མངོན་སྲུང་གིས་མ་གཞུང་བ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲི་ཐ་དང་པ་  
སེམས་ལ་བཞག་ནས་རྗེས་སུ་སྒྲུབ་པ་ལོ། དེ་དང་དེ་ལས་ཡོག་པ་འི་ཞེས་བྱ་བ་  
འདས་ནི་དེ་འི་རིགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཐོས་ཅན་ལ་ཡོག་པ་སྟོན་དོ། ཇི་ལྟར་ཡོངས་  
སྒྲུབ་མཐོང་པར་བྱུང་བར་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་སྲུང་གིས་ཇི་ལྟར་.....  
ཡོངས་སྒྲུབ་མཐོང་པར་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་དེ། དེ་ཉིད་པ་རྟོད་པར་  
བྱེད་པ་འི་ཕྱིར་རོ། འདིས་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་སྒྲི་མང་དོ་ཞེས་པ་ཤད་རོ། སྒྲི་ཁས་  
སྒྲུངས་ནས་ཀྱང་མ་དོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་སོ། རྒྱུ་རི་རང་བཞིན་  
གྱི་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་འདི་རྒྱུ་རི་ཇི་ཞིག་སྒྲུབ་ཅན་མངོན་སྲུང་གྱི་རྟགས་...  
མར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་གཞི་མ་གྲུབ་པ་འི་གཞན་ཚོགས་སྒྲུབ་འགྲུར་རོ།  
དེ་ལྟར་ན་རྒྱུ་རི་རང་བཞིན་ལས་ཐ་དང་པ་མེད་པ་འི་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱང་གཞུང་བ་ཡིན་  
ནོ་སྒྲུབ་དུ་སྒྲུབ་སོ། དེས་པ་པ་སྒྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་འི་སོགས་པ་འི་སྒྲུབ་མི་འབྱུག་



བ་དང་དེ་ནི་ནད་ཀྱི་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་གཟུང་ངོ་། སྤར་བསྟན་ཟིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་ལེའུ་དང་པོ་འི་གཞན་སེལ་བ་དབྱེད་པ་མི་སྐྱབས་སུ་འོ། གཤམ་དེ་རང་གི་  
 མཚན་ཉིད་མ་རྟོ་ས་པ་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཚད་མར་འདོད་པ་དེའི་ཚོ། རོན་  
 བྱེད་པར་མི་རྒྱས་པ་མེད་པ་གང་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་མི་དམིགས་པ་དེ་ནི་ཚད་མ་  
 ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐམ་པར་འགྱུར་དེ། མེད་པའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པས་ན་  
 རང་གི་མཚན་ཉིད་མ་རྟོགས་པ་རྟོགས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་འོ། འདི་ལ་  
 ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ལན་འདེབས་པར་བྱེད་དེ་འདི་འདི་ན་མེད་དོ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་རྩལ་འདིས་སྤར་རང་གི་མཚན་ཉིད་མ་རྟོགས་པ་མི་དམིགས་པས་རྟོགས་པ་  
 མི་དམིགས་སུ་དེ་ལ་མི་ཤེས་པ་དོན་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ནོ། རང་གི་མཚན་  
 ཉིད་ཁོན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཉིད་གསལ་པར་བྱེད་དེ། ཐུམ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་དོན་བྱེད་པར་རྒྱས་པ་དགག་པར་བྱ་བ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པའི་  
 སྤྱིར། རོན་དམ་པར་མི་དམིགས་པ་ཡང་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་རྟོན་ཅན་ཉིད་  
 ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བར་སྤྱར་འོ། རང་གི་མཚན་ཉིད་དགག་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་འདིས་ཅི་མེད་པའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་བསྟན་དོ། རྟོགས་པ་སོགས་པ་  
 དེས་དབེན་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་མ་ཡིན་པ་སྟོན་དེ། ཐུམ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་དགག་པར་བྱ་བ་དེས་དབེན་ཞིང་བུལ་བའོ། རེའི་ཡུལ་ཅན་ནི་  
 རྟོགས་པ་སོགས་པའོ། དེས་དབེན་པའི་ངོ་བོ་ན་ཐུམ་པ་ལ་སོགས་པ་དགག་  
 པར་བྱ་བ་དེས་དབེན་པའི་ངོ་བོར་འོ། རྟོགས་པའི་རྟོན་གསལ་པ་ཁོན་རང་  
 གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ནོ། ॥

ॐ । ཚད་མ་ནམ་འགྲུ་ལ་བྱི་འགྲུ་ལ་བཤད། བམ་བོ་བཞི་བཅུ་ཙེ་  
 གཉེས་པ། གང་དྲ་ན་མ་མཐའ་ལ་སོགས་པ་ནམ་པར་གཅོད་པ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་འི་སྐུ་མ་པར་གྲག་པ་སོགས་པ་ནམ་པར་གཅོད་པ་གཞུང་དོ། བམ་མཐའི་  
 སྐུ་མ་ཕྱོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བམ་མཐའི་དངོས་པོ་སྐུ་དང་སྐུ་དང་བྲལ་བ་དེ།  
 དེའི་ནམ་པར་དྲི་པ་འི་སྐོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ནམ་མཐའ་མེད་དོ་ཞེས་ནམ་མཐའ་ལ་  
 དམིགས་པ་འི་ནམ་པར་དྲི་པ་སྐོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དེ་ཡིན་དེ་སྐུ་དེ་པ་བྱི་དངོས་་་  
 བོ་འི་སྐུ་ཙེ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པ་འི་སྐུ་དེ། དེ་གས་  
 པ་པོས་རྒྱུ་ཙེ་བྱ་འི་དེ་ན་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཕགས་པ་འི་པདོན་པ་བཞི་འི་  
 མ་ཚན་ཉིད་དོ། སྐོ་བྱར་པར་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐུ་མེད་པ་ཙེ་ཙེ། སྐུ་མེད་པ་ལ་ནི་ལྷ་ལ་  
 དང་དྲུས་དང་རང་བཞིན་བྱི་དེས་པ་མི་རྒྱུད་པ་འི་སྐུ་དེ། གང་གིས་སྐྱེ་བ་པར་བྱེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོང་བ་ལ་དེས་ནི་དེ་ཐོབ་པར་འགྱུར་དེ་ཞེས་བྱ་བ་གཤ་མེད་ན་ཞེས་བྱ་  
 བ་པར་བཟུ་བར་བྱ་དོ། ཚད་མ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་པར་བྱེད་པ་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པ་པཅོམ་ལྷན་  
 འདས་གང་གིས་ནན་དན་དྲུ་བྱེད་པ་དེ་ལ་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་དོ། ཚད་མ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་པར་  
 བྱེད་པ་ཡང་འཆད་པར་འགྱུར་དོ། རང་བཞིན་བྱིས་གཏན་ཆོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 དེའི་སྐྱེ་བ་པར་བྱེད་པ་ནན་དན་དྲུ་བྱེད་པ་འི་སྐུ་དེས་ཐོབ་པར་བྱ་བ་འི་འབས་ལྷ་སྐྱེད་  
 རྒྱུ་ལ་ཆེས་སྤྲོད་པ་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པ་འི་སྐུ་དང་ནི་དེ་རང་བཞིན་བྱི་གཏན་ཆོགས་  
 ཡིན་དེ་རྒྱུད་པ་ཉིད་དྲུ་ཆེས་སྤྲོད་པ་པར་བྱ་འི་སྐུ་དེ། རི་སྐད་དྲུ་སྐུ་ཙེ་གས་པ་ཡིས་  
 འགྲུ་སྐུ་པར། རིས་སྤྲོད་ཐོག་པ་གང་ཡིན་པ། རིན་གཞན་ལ་ནི་མེ་  
 བཟླས་བྱེད། རི་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་བཟོད་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན་དོ།  
 པཅོམ་ལྷན་འདས་གང་ཚད་མ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་པར་བྱེད་པ་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པར་ནན་དན་དྲུ་



ཡིན། ཞེས་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་པར་  
 བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བྱེད་བྱ་པ་དྲག་གིས་ནམ་མཁའ་  
 བྱུང་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ཡོད་ཉན་ཡིན་ནི་ཞེས་འདོད་དོ། དངོས་  
 བོ་མཐོང་བ་དེ་ཡུལ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནི་ཞེས་བྱ་བར་སྒྱུར་རོ། དུས་གང་  
 གི་ཚེ་ཞིན་དངོས་པོ་དེ་ལྟ་ན་དེད་པ་དང་། ཞིག་ནམ་མེད་པ་དེ་གནས་སྐབས་ཀྱི་  
 ཞེས་བྱ་བ་སྒྲུབ་དེ། དངོས་བོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་ན་མེད་པ་དེ་གནས་སྐབས་དང་།  
 ཞིག་ནམ་མེད་པ་དེ་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དོན་དོ། མེ་མཐོང་བ་ལྟ་  
 བུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེ་དང་དེ་མཐོང་བ་ནི་མི་དྲག་པ་ཉིད་དུ་གཞན་ཡང་འདོད་པ་དེ་ཕྱིར་  
 སྒྱུབ་པར་བྱ་བ་དང་སྒྱུབ་པར་བྱེད་པ་དེ་ཇེས་སུ་འགྲོ་བ་དེ་དབུ་ཡིན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 རང་བཞིན་གྱི་གདན་ཚིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཤེས་པ་མི་དྲག་པ་ཉིད་ནི་མི་དྲག་པ་དེ་  
 ཡུལ་ཉིད་ཅམ་གྱི་རྒྱ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ཕྱིར་རོ། ཤོལ་བར་བྱེད་པར་འགྱུར་  
 བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིམ་བཞིན་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་ལོ། དེ་ནི་དེ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དུ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་དེ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མན་འདྲགས་པར་བྱེད་པ་མེད་པ་ལོ། དེ་དང་ནི་མན་  
 གདགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཆོས་དང་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་  
 བྱ་བར་སྒྱུར་རོ། ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བ་ནི་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ཞིག་ཅན་དེ་དང་ལྡན་པ་  
 ཉིད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲུབ་དེ་ཕན་གདགས་པར་བྱ་བ་དེ་ཆོས་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དུ་རོ། །  
 གསུམ་པ་འདི་ནི་དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་མཚན་ཉིད་ལ་སྒྱུར་བ་ཡིན་ནོ། གཞན་འགའ་  
 ཞིག་འགའ་ཞིག་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབུར་ན་པ་མང་དུ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་རོ། །  
 དེ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དུ་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བར་རིགས་པ་ཉིད་ལ་ཕན་གདགས་པར་བྱ་བ་དང་།  
 ཕན་འདྲགས་པར་བྱེད་པ་དེ་དེ་དོས་བྱུང་བ་ཡིན་ན་དེ་ནི་འདི་ལ་མེད་པ་དེ་ཕྱིར་བྱུང་

བར་བྱེད་པ་མི་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ།། འདི་འདྲི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཚད་མ་ཡོད་  
 བ་མ་ཡིན་པས་ན་ཚད་མ་མེད་པ་ཅན་ནོ།། དེ་འདྲི་དངོས་པོ་ནི་ཚད་མ་མེད་པ་  
 ཅན་ཉིད་དོ།། མི་དྲག་པ་ངོ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་སྟེ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་  
 བའི་ཚད་མ་སྐྱེས་བྱ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྐྱད་ཅེས་བྱའོ།། རྫོང་ནས་  
 འཇུག་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་དབང་ཕྱུག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཚད་མ་...  
 གསུམ་འགོད་པར་བྱེད་དོ།། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་དུས་གཞན་དུ་  
 རྫོང་ནས་འཇུག་པར་བྱེད་དོ།། ལུས་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་སོ།། གནས་  
 ཅི་སྟོང་གི་འཛིག་དེན་ནོ།། བྱེད་པ་ནི་དབང་པོ་ཡོ།། ལུས་དུ་བྱུང་བ་དང་  
 ལུན་པ་སྟེ་ཚོགས་གི་དོན་སྟེ་ཚོགས་པ་ཚོས་བར་དུས་པའི་སྟོ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་...  
 ལུས་དུ་བྱུང་བ་དང་ལུན་པའི་སྟོ་ཅན་གྱི་སྐྱེས་བྱའོ།། ལུས་དང་གནས་ལ་སོགས་  
 བ་གང་དག་ལ་དེ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྐྱད་ཅེས་བྱའོ།། སྐྱེས་བྱ་དེ་  
 ཡང་དབང་ཕྱུག་ཡིན་ནོ་སྟེ་སྟེ་དུ་སེམས་སོ།། ལུས་དང་གནས་དང་བྱེད་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འཛིག་དེན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་དུག་པ་ཡིན་ནོ།། ལུས་དང་  
 གནས་དང་བྱེད་པ་དག་གིས་འཛིག་དེན་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་བྱེད་...  
 སྐྱེས་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ།། དེ་བས་ན་གང་གིས་ན་གཞན་སྟེ་ལུ་ལ་སོགས་པ་  
 དབང་འགྲུར་ཞེ་ན་གང་ལ་ཡོང་བར་དྲིག་པ་ཡོད་པ་དག་ལ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་...  
 སོ།། །དེ་སྐྱད་དུ་ཐམས་ཅད་བྱེད་སྐྱེས་སྐྱེས་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཟེ། འོན་ཀྱང་  
 ལུས་དུ་བྱུང་བ་དང་ལུན་པའི་སྟོ་ཅན་གྱི་སྐྱེས་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བྱེད་པ་སྟེ་དུ་སོང་...  
 བ་ཉིད་གཞན་གྱིས་ས་དོགས་པ་དེ་ཉིད་བྱེད་སྐྱེས་སྐྱེས་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། རྫོང་ལ་  
 སོགས་པ་དག་ལ་ཇི་སྐྱད་དུ་བཤད་པའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཚོས་ཡོད་པ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་...

དེ་དག་ཕྱགས་སུ་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུབྱོ། དེ་དག་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་  
 གཞན་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་དབང་ཕྱག་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་དག་སྟེ། གང་སེམས་  
 མེད་པ་དེ་ནི་སྒྲེས་བྱ་དང་སྒྲོ་དང་ཐུན་པ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ཡིན་དེ། དཔེར་ན་  
 རྩེ་བྱ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། ལུས་དང་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་སེམས་མེད་  
 བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་འདི་འོ། འདོད་པ་གྲུབ་པ་འཇམ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་མདོ་འདི་བཤད་པ་ནི་གྲུབ་པ་ལ་སྒྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། གང་  
 གི་ཆོ་དག་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་འདི་ཁྱད་པར་ལ་བཞུགས་པ་མེད་པ་སྒྲེས་བྱ་ཅམ་གྱིས་་་་  
 བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ཉིད་བསྒྲུབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ་གྲུབ་  
 པ་ལ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ཉིད་ནི་དངོས་སམ་གྱུད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 སྒྲོས་དེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུས་དང་གནས་དང་བྱེད་པ་ལ་སོགས་  
 པ་དག་གི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་བཞུགས་པ་དང་སེམས་པ་འདི་ཁྱད་པར་པ་བཞུགས་ནས་འབྲེལ་་་་  
 པ་འདི་དུག་པ་ཡིན་ནོ། ལུས་དང་གནས་དང་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གི་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་མངོན་པར་འགྲུབ་པ་འདི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཆོག་ལ་བཞུགས་ནས་་་  
 དུག་པ་ཡིན་ནོ། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལུས་དང་གནས་དང་བྱེད་པ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་རྣམས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་འབྲེལ་བའི་སེམས་པ་འདི་ཁྱད་པར་པས་་་  
 མངོན་པར་འགྲུབ་པ་འདི་ཕྱིར་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དོན་དེ། སེམས་རྣམས་ཁྱད་པར་  
 ཇི་ལྟ་བུ་ཅན་ཞིག་ཅེ་ན། དངོས་སམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་དེ། གང་  
 གི་ཆོ་ཐན་ཚུན་བདག་གི་ཉིད་དུ་ཆོད་པ་མེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བརྟུག་པ་དེའི་ཆོ་དངོས་  
 དང་ཆོད་པ་ཉིད་ལ་བརྟེན་པ་ནི་བརྟུན་པས་སོ། སེམས་པ་སྒྲོ་བེ་མཚན་  
 ཉིད་ཅན་མ་ཡིན་པར་གངས་ཅན་འདོད་པ་འདི་ཕྱིར་དེ་གསལ་པར་བྱ་བ་འདི་དོན་དུ་སྒྲོ་བེ་

མཚན་ཉིད་ཅན་སྒྲོམ་སོ།། དབང་ཕུག་དུ་མངོན་པར་འདོད་པ་དེ་ལས་གཞན་  
 པ་དེའི་པར་འདོགས་པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་བཞུས་པ་མེད་པའོ།། དེས་ནི་སྤྱུ་ལ་  
 དུ་བྱུང་བ་ཉིད་དུ་བྱར་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དྲག་པ་ཉིད་དང་གཅིག་གི་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་  
 གྲོགས་གཞན་ལ་བཞུས་པ་མེད་པ་ཉིད་སྒྲོམ་སོ།། གཤམ་དེ་གྲོགས་གཞན་ལ་བཞུས་  
 པ་མེད་པ་སྤྱེས་བྱ་དྲག་པའི་སྒྲོམ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་སྤོན་དུ་སྤོང་བ་ཅན་ཉིད་བརྒྱབ་བྱ་  
 ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།། དཔེ་མ་གྲུབ་ཅེས་བྱ་བའི་མདོ་འདིའི་དཔེ་བརྒྱབ་  
 བར་བྱ་བས་སྤོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགྲད་པ་ཡིན་ནོ།། དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་དེ་ཉིད་ནས་པར་འབྱེད་པར་བྱེད་དོ།། དེ་ལྟ་བུར་  
 གྱུར་པའི་སྤྱེས་བྱས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་བཞུས་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་  
 པ་དང་ཐུན་པས་སོ།། སྤྱེས་བྱ་མི་དྲག་པས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པའི་སྤྱེད་ལ་སོགས་  
 པ་ནས་ཀྱི་འཆུག་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རེ།། དེས་ནི་གང་སྤོང་ནས་འཆུག་པ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་སྤོང་བ་དེའི་དཔེ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་བརྒྱབ་པར་བྱ་བས་སྤོང་བ་ཉིད་...  
 བཅད་དོ།། དེ་བཞིན་དུ་གཞུང་ཡས་ཁང་ལ་སོགས་པ་གྲུབ་པ་ན་དེ་ལྟ་བུར་  
 གྱུར་པའི་སྤྱེས་བྱས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་དབང་གིས་མ་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་  
 དོ།། །འདིས་ནི་སྤོང་བ་པར་མའི་དཔེ་བརྒྱབ་པར་བྱ་བས་སྤོང་བ་ཉིད་འགྲད་དོ།།  
 དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་སྤྱེས་བྱས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་དོ།། འདིས་ནི་སྤོང་བ་གསུམ་པའི་དཔེ་བརྒྱབ་  
 པར་བྱ་བས་སྤོང་བ་ཉིད་འགྲད་དོ།། དེ་ལྟ་བུར་འཛིན་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་གྱི་པན་  
 འདོགས་པ་ལ་བཞུས་པ་མེད་པ་སྤྱེས་བྱའི་སྤོང་དུ་སྤོང་བ་ཅན་ཉིད་ཀྱིས་དཔེ་མ་  
 གྲུབ་པ་བརྟེན་ནས་། དེ་ནི་སྤྱེས་བྱ་གཅིག་གི་བྱེད་པར་བྱི་སྤོང་དུ་སྤོང་བ་

ཅན་ཉིད་ཀྱི་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་དེ་ཐམས་ཅད་དུ་སྟེན་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་རྟོ།། དེ་ཐམས་ཅད་སྒྲོས་བྱ་བ་ཞིག་གི་སྒྲོ་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ཉིད་མ་  
 རྒྱལ་བ་ཡིན་ནོ།། ཅི་སྟེ་སྒྲོས་བྱ་དུ་མ་ཉི་བར་སྒྲོར་བ་ཉིད་ཡིན་དུ་ཟད་ཀྱང་དེ་  
 ལ་ཞུགས་ནི་གཙོ་བོ་ཉིད་ཡིན་དེ་དེ་ཉིད་དབང་ཕྱུག་དུ་འགྱུར་བར་འདོད་དོ།། ཞེ་ན་  
 ཉི་བར་སྒྲོར་བ་དག་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་དེ། གནས་སྐབས་གཞན་ཐོབ་  
 པ་གོགས་བྱ་བར་མེ་རྒྱས་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་ནི་གཙོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་  
 ཉིད་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་དེ་ལ་ཉི་བར་སྒྲོར་བ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་སྒྲོས་དེ། འབྲས་བུ་དེ་འགྲུབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཉི་བར་སྒྲོར་བ་ནི་དེ་ལ་ཉི་  
 བར་སྒྲོར་བ་ན་རོ།། དེ་ལྟ་བུའི་ནམ་པ་ཅན་གྱི་སྒྲོས་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཉིད་དབང་ཕྱུག་གིས་སོ།། དེ་ལྟར་ན་དབང་ཕྱུག་ཀྱང་སྟོན་ནས་ལྷན་ལ་སོགས་  
 པ་འཇུག་པར་བྱེད་ན་རོ།། སོགས་པའི་སྒྲོས་ནི་བྱེད་པ་དང་གནས་ཡོངས་སྒྲུ་  
 གཞུང་ངོ་། དེ་ལྟ་བུའི་ནམ་པ་ཅན་སྒྲོས་བྱ་བ་གཞན་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ།། ཅི་སྟེ་དེ་ལ་ཡང་བྱིན་གྱིས་  
 རྒྱབས་པ་ལོ་འདོད་ན་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པ་ལོ་གང་ཡིན་པ་ངེས་མ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ནོ།།  
 དེ་ལ་ཡང་བྱན་གྱིས་རྒྱབ་པ་ལོ་གཞན་ཁས་ལེན་ན་ཕྱག་པ་མེད་པར་ཐམ་པར་འགྱུར་  
 རོ།། གྲེ་ལྟར་དེ་ཞིག་སྟོན་ནས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དེ་ཞེས་བྱ་བའི་གདན་ཆོགས་  
 མ་ངེས་པ་ཉིད་དུ་བཤད་ནས་དོན་བྱེད་པར་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་མ་ངེས་པ་  
 ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་ཕྱིར་ཕྱག་པ་མེད་པའི་སྒྲོན་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་  
 དེ་ལྟ་བུའི་ནམ་པ་ཅན་གྱི་སྒྲོས་བྱས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབ་པ་སྟེ་དབང་ཕྱུག་གིས་  
 དོན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་གདན་ཆོགས་འདི་ཡང་.....



རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ནོ།། འདི་ནི་མྱོད་ནས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་  
 ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་དབང་ཐུག་འདི་ནི་དག་ཏུ་འཇུག་པ་  
 ཉིད་ཡིན་ནོ།། དེ་བས་ན་དེ་ལ་གཏན་མཛག་ས་འཇུག་པ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་གང་གིས་ན་མ་ངེས་མ་ཡིན་སྟེ་བྱ་བས་མས་པའོ།། དེའི་  
 འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་རིམ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་ཅན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཁས་  
 ལེན་པ་ན་གཅིག་ཅུ་འབྲས་བུ་སྟེང་པར་འགྱུར་རོ།། གལ་ཏེ་དག་པར་རིམ་  
 གྱིས་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཞེན་ཉེས་པ་གཞན་འདིར་འགྱུར་རོ།། རང་  
 བཞིན་ཉམས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་དོན་བྱེད་པ་ཁས་མི་ལེན་ན་  
 དངོས་པོ་དེ་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ།། གཞན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 མྱོད་ནས་འཇུག་པ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་མཛག་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ།། རྩལ་བ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་བྱ་བས་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་ལ་རྩལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་མ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ།། སྤར་རང་ཉིད་ཀྱི་དང་  
 དེས་ནི་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མ་ངེས་པར་བསྟན་དོ།། མཐོ་ཁང་ནི་མཐོ་འི་བྱེད་གཞི་  
 བོ།། དེའི་བྱེད་པ་མ་མཐོང་དུ་ཟིན་ཀྱང་སྟེ་གང་གིས་ཁང་བཟང་ལ་སོགས་པ་  
 དེ་བྱེད་པ་མ་མཐོང་ན་ཡང་ངོ་།། གང་ལས་རིམ་སོགས་པ་དག་ལ་དེ་ཉིད་ཕྱིར་  
 རྒྱུ་བ་ཅན་གྱི་དབྱིབས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ།། དེ་  
 མྱོད་དུ་མྱོད་ནས་འཇུག་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཡང་བཟོད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 ཅི་འདྲ་བའི་མྱོད་ནས་འཇུག་པ་དང་དོན་བྱེད་པར་ལུས་པ་སྟོ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ཅི་  
 འདྲ་བ་དེ་འདྲ་བ་ཉིད་གལ་ཏེ་ལྷན་དང་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཡོད་པར་གྱུར་ན་  
 དེར་འགྱུར་དེ། གང་ལས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞེའོ།། ཅི་འདྲ་བ་གྲུབ་པ་

ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཀོད་པ་ལ་ སོགས་པ་ ཞེས་བྱ་བ་ འཆད་པར་འགྱུར་བ་དང་སྤྱར་རོ། །  
 དཔྱིབས་ཀྱི་བྱང་པར་ལ་སོགས་པ་ཐ་དང་བ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་འི་སོགས་པ་འི་སྤྱི་ནི་སྤྱོད་  
 བས་འཆུག་པ་དང་དོན་བྱེད་པར་ལུས་པ་གཞུང་ངོ་། ། ཇམ་སྟོན་བོ་འི་བྱང་པར་  
 ནི་དྲ་བའོ། ། གང་ཁོ་ན་མེ་ལས་སྟེ་བའི་ཆོས་དེ་ལ་གཞན་དང་ཕུན་མོང་མ་ཡིན་  
 བའི་ཆོས་ནི་སྟོན་བོ་ཉིད་རོ། ། དེ་པས་ན་སྟེ་དེ་འདྲ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 བས་བྱ་བ་མེད་པའི་སྤྱར་དང་གཏན་ཆར་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་བཤད་  
 བ་གང་ཡིན་པ་དེ་མཆུག་བསྟུན་པར་བྱེད་ངོ། ། ཅི་སྟེ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 བས་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་བསྟན་ངོ། ། དཔྱིབས་ཀྱི་བྱང་པར་དེ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཁང་  
 བཟངས་ལ་སོགས་པ་སྟེས་བྱས་བྱས་པ་ཉིད་དུ་གྲགས་པ་གང་ཡིན་པའོ། ། དེའི་  
 འབྲས་བྱ་ཉིད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟེས་བྱའི་འབྲས་བྱ་ཉིད་དུ་འོ། ། དེ་བཞིན་དུ་སྟོན་  
 བས་འཆུག་པ་ལ་སོགས་པ་འི་བྱང་པར་སྟེ་ལ་སོར་པ་དག་ལ་ཡང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རི་  
 བོ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་བྱ་བར་སྤྱར་ངོ། ། དེས་  
 བྱས་ ཞེས་བྱ་བ་དེའི་བཤད་པ་ ནི་རྩ་མཐམ་ གྱིས་བྱས་པར་རོ་ ཞེས་བྱ་བ་ ཡིན་ནོ། །  
 གཤམ་དེ་སྟེ་གཏན་ ཆོགས་སུ་བྱས་པ་ལ་བྱང་པར་ཀུན་དུ་དོགས་པའི་སྤྱིར་དེ་ནི་འབྲས་  
 བྱ་དང་མཐུངས་པ་ ཞེས་བྱ་བའི་ལྷག་ཆོད་ ཡིན་ནོ། ། གཤམ་དེ་བྱུང་པའི་བྱས་པ་  
 ཉིད་གཏན་ཆོགས་ཡིན་ན་དེ་ནི་སྟེ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་དེ་གཞན་གྱི་ ཆོས་གཞན་ལ་མེད་  
 བའི་སྤྱིར་རོ། ། སྟེ་གཏན་ཆོགས་ཡིན་ནོ་ ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔྱིབས་ལ་སོགས་པ་  
 ཅམ་ཡན་ནའོ། ། བྱང་པར་གཏན་ཆོགས་ཡིན་ན་ནི་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། ། དེས་  
 ཀྱི་བྱང་པར་ནི་ཇམ་གྱི་བྱེ་བྲག་གོ། ། རིགས་ཀྱི་སྟེ་བཟང་བའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ན་  
 དཔྱིབས་ཀྱི་སྟེ་བཟང་པའི་སྤྱིར་རོ། ། ངག་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ། ངག་

ཕྱོགས་ས་དང་འོད་ཟེར་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། ། བ་ཡང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ནི་བ་  
 ཡང་གི་སྒྲུའི་བཟང་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ནི་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་  
 དང་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྱད་པར་གཏན་ཚིན་ཡིན་ན་མ་གྲུབ་པ་དང་སྤྱི་ཡིན་  
 ན་མ་ངེས་པ་ཉིད་དུ་འོ། ། སེར་སྒྲུ་ལ་སོང་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བའི་སོང་བའི་སྒྲུས་ནི་འུག་པ་ལ་  
 གཟུང་ངོ་། ། སེམས་མེད་སོང་ཞེས་བྱ་བའི་སོང་བའི་སྒྲུས་ནི་བདེ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་ནི་ནང་གི་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་གཟུང་ངོ་། ། རྒྱོད་དང་བདེ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཆོས་ཅན་ནི་མི་དྲག་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཚིགས་ལས་སེམས་  
 མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མི་བསྐྱུབ་པར་བྱ་བའི་དབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སྒྱུར་རོ། །  
 དཔེར་རྒྱོད་དང་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་མི་དྲག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དང་། རྒྱེ་བ་  
 དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སེམས་མེད་པ་དང་ནང་གི་ཉིད་མ་ཡིན་དེ་གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པ་བཞེན་ནོ། ། ཡང་གི་སྒྲུ་ནི་རིམ་བ་གཞན་དུ་སྒྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་མི་དྲག་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཕྱིར་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་འདྲིའི་ཡང་གི་སྒྲུ་རིམ་བ་གཞན་དུ་སྒྱུར་བ་ནི་སེམས་  
 དང་ལྡན་པ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་འདྲ་དང་སྒྱུར་རོ། ། འུན་ལྷགས་ཐམས་ཅད་བཤུས་ན་  
 འཛི་བའི་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་འདྲི་ལས་ཤིང་རྣམས་སེམས་དང་ལྡན་པར་  
 བསྐྱུབ་པར་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ངག་ག་དོན་དོ། །  
 འདྲི་ལྟར་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དེ་དག་གིས་གཏན་དུ་འཛིག་པ་  
 ཅན་གྱིས་འཛིག་པ་ཁས་གྲངས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། ། དང་དང་གཞན་གྱིས་མངོན་  
 པར་འདྲོད་པའི་མི་དྲག་པའི་དོན་ཞེས་བྱ་བ་ལ། དང་གིས་མངོན་པར་འདྲོད་  
 པའི་མི་དྲག་པའི་དོན་ནི་གངས་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་ཅམ་མོ། ། གཞན་གྱིས་མངོན་  
 པར་འདྲོད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་པའི་གཏན་དུ་འཛིག་པའོ། ། ཅི་རིགས་པར་ཞེས་

བྱ་བ་ནི་རང་གིས་མངོན་པར་འདོད་པའི་མི་དྲག་པའི་ངོ་བོ་བརྒྱུད་བ་ནི་གཞན་ལ་མ་  
 གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། ། གཞན་གྱིས་མངོན་པར་འདོད་པ་ཁས་སྐྱེས་པ་ནི་བདག་ཉིད་  
 ལ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། ། མི་དྲག་པའི་སྤྱི་གདམན་ཆོག་སྤྱི་གདམན་པ་ན་གོ་ལ་བ་བྱེ་  
 བྱག་ལ་ཁྱད་པར་དུ་དྲིག་པ་ནི་ཐུག་ཆོད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེན། ། འབྲས་བུ་དང་མཚན་སྲོལ་  
 བའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་སོ། ། སྤྱི་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 རི་གལ་དེ་གངས་ཅན་གྱིས་ཀྱན་དུ་བདག་སྤྱི་ཉིད་ཀྱི་མི་དྲག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་།  
 མངས་རྒྱས་བས་ཀྱན་དུ་བདག་སྤྱི་ཉིད་གཅིག་ལ་གཅིག་གྲུབ་པར་འགྱུར་བ་དེའི་ཆོ་  
 གསལ་བའི་བྱེ་བྱག་གིས་མི་དྲག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་པར་གཉིས་གནས་པ་ཡོད་པ་དེའི་  
 དྲིན་ཅན་གྱི་སྤྱི་གྲུབ་པར་འགྱུར་དེ། དཔེར་ན་སྐྱེ་དང་བྱས་པ་ཡང་བྱས་པ་ཡིན་  
 ན་དེ་དག་གི་བྱས་པ་ཉིད་སྤྱི་གདམན་ཆོག་སྤྱི་གདམན་པ་ལྟ་བུར། ། འདིར་ནི་  
 གསལ་བ་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་གང་ལས་དཔེ་དྲིན་ཅན་གྱི་སྤྱི་གྲུབ་པར་འགྱུར།  
 དེ་ཡང་ཆོད་མ་རྣམས་པར་ངེས་པ་ལས་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། ། དེ་བས་ན་  
 ཆོད་མ་རྣམས་པར་ངེས་པ་ལས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའི་ཞེས་བྱ་བར་སྟོན་སོ། །  
 རྒྱན་ཐུགས་བཤུས་པས་འཆི་བའི་སྤྱིར་ཞེས་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མ་གྲུབ་  
 པ་ནི་གིང་རྣམས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་དེ། གིང་རྣམས་ལ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གང་དགག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་འཆི་བ་ནི་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གྲུབ་ན་ཡང་སེམས་པ་ཡང་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དོན་མེད་དོ། །  
 གལ་དེ་བསྐྱེད་པ་ཅུ་ཉིད་འཆི་བ་ཡིན་པར་འདོད་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་གིང་རྣམས་  
 ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཞེན་འཆི་བའི་སྤྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་སོ། ། མི་  
 འཇུག་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་ལ་སྐྱེས་པ་སོགས་པ་ལ་སྐྱེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་མི་འཇུག་གོ་

ཞེས་ཁས་ལེན་པའི་བཟོད་པ་འདི་ཡིན་མོད་ཀྱི་དེ་ལྟ་ན་ཡང་གང་ཞིག་བསྐྱབས་པ་དང་  
 ལྷན་པ་དེ་ལ་སེམས་ཡོད་པ་ ཞེས་བྱ་བའི་བྱུང་བ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་དེ་བརྒྱུག་པ་ལ་  
 གཞོད་པ་ཅན་བྱ་ཚད་མ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།། འབྲེལ་བ་ཅན་ཐ་དང་པའི་དེན་  
 བྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅི་སྐྱེའི་བྱས་པ་ཉིད་དམ་འོན་དེ་བྱས་པའི་བྱས་པ་ཉིད་བཟོད་པར་  
 འདོད་པ་ཡིན་ཞེསོ།། ལྷན་མཁའའི་ཡོན་ཏན་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱེས་  
 བྱི་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ལྷན་པ་དང་ལྷན་པར་བྱེ་བ་དག་གིས་སྦྱིད་པ་ཉིད་ལ་སོགས་  
 བ་གཞུང་ངོ་།། ལྷན་སོགས་སྐྱུ་བ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བའི་སོགས་པ་སྐྱོས་པས་ནི་  
 སོགས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གཞུང་ངོ་།། འདིའི་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་  
 བྱི་བྱེ་བྱག་པའི་ངོ་།། དེའི་རྣམ་ཅི་ལྷན་པ་གཉིས་དེ་སྐྱོགས་དང་བདག་དང་བྱས་  
 དང་ལྷན་མཁའ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་དྲུ་འགྲོ་བའོ།། ས་ལ་སོགས་པ་ནི་  
 ཐམས་ཅད་དྲུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་པ་འོ།། དེའི་ཚད་ཆོག་གི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 ལྷན་ཅན་ཡིན་ནོ།། བརྒྱ་ཆུན་མངོན་པར་འདོད་པའི་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ རེག་  
 བྱ་དང་ཚད་ལ་སྟེ་དོན་ལ་མ་གྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ ཞེས་བྱ་བར་སྐྱར་རོ།། ལྷན་  
 ཅན་གྱི་སྐྱེའི་དོན་རེག་བྱའི་མཚན་ཉིད་ཅན་བཟོད་པར་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མ་གྲུབ་  
 བ་མ་ཡིན་དེ་བཟོད་པར་འདོད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ།། དེ་ཉིད་ནི་གཉི་གས་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱོས་པ་ལ་རེག་བྱ་ ནི་སྐྱུ་བ་དང་ བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ ཞེས་ལྷན་པར་  
 དབྱེ་བ་བསྐྱར་ནས་སྐྱར་རོ།། འགལ་བའི་བསྐྱུ་བ་དང་བྱ་བ་བརྒྱུག་པས་བྱུང་བའོ།།  
 རྒྱ་འབྲུལ་པ་ཅམ་གྱིས་སྐྱུ་བ་དང་ བྱེད་པ་ སྐྱོན་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་ནོ་ ཞེས་བྱ་བ་ཁོང་  
 ལས་དབྱུང་ངོ་།། གང་ལ་ཡང་དོན་འབྲུལ་པ་ཅན་ཡིན་ཞེས་སྐྱེ་འབྲུལ་པ་མེད་པ་  
 ཅན་ཡིན་ཞེ་ན། དཔེར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱོས་དེ། ལྷན་པ་

ཅན་ཉིད་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ལོ་སྤྱི་ལྟར་བྱེད་པར་ལ་རྩ་ཅན་དུ་ཞེས་བྱ་  
 བར་སྐྱར་རོ། ། བ་ཡང་ཉིད་ལག་ཅན་ཉིད་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་  
 གཏན་ཆོག་མ་ཡིན་ནོ། ། གཏན་ཆོག་མ་ཡིན་གྱི་དེན་ཀྱང་གོ་རིམ་བཞིན་  
 དུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་རམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་སོ། ། བ་ཡང་གི་སྐྱེ་ལ་སོགས་  
 བའི་བཞེད་པར་བྱ་བ་ཉིད་གྲགས་པ་བཞེད་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 རིགས་ཐ་དང་པར་མི་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་གྲགས་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱིབས་ཀྱང་  
 བྱེད་པར་བྱིས་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པའི་ཆེས་ལ་བ་ཡང་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་འཇུག་པར་  
 འགྱུར་རོ། ། དེ་དག་ནི་བ་ཡང་ལ་སོགས་པ་བཞེད་པར་བྱ་བ་ཉིད་དེ་ཆེས་དབྱིབས་  
 ཀྱི་བྱེད་པར་བྱིས་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པ་བཞེད་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། དེ་བཞེད་  
 བར་འདོད་པ་ཡིན་ན་ནི་དེན་ཉིད་འབྱུང་བ་ཅན་མ་ཡིན་ནོ། ། བ་ཡང་གི་རིགས་  
 མས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིགས་ཐ་དང་པའི་སྐྱེ་བའི་གཞུང་གསལ་ད་རྒྱ་དུ་བཤད་རོ། ། དེར་  
 བཞེད་པར་འདོད་པ་ཡིན་ན་ནི་དོན་འབྱུང་བ་མད་པར་འགྱུར་རོ། ། ད་ལྟ་ན་  
 ཡང་གྲགས་པས་དེས་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཤམ་དེ་བ་ཡང་ཉིད་དང་སྤྱང་པོ་ཆེ་  
 ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་དག་གིས་འགྲོ་བ་དང་ལག་པ་དང་འབྲེལ་བ་བཞེད་པར་འདོད་པ་དེ་ལྟ་ན་  
 ཡང་གྲགས་པས་དེས་བར་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འགྲོ་བ་དང་ལག་པ་དང་འབྲེལ་བ་  
 བསྐྱེད་ནས་བ་ཡང་དང་སྤྱང་པོ་ཆེ་འཇུག་པ་ན་ཡང་དེ་དེ་རིགས་དུ་བ་ཡང་  
 དང་སྤྱང་པོ་ཆེ་འཇུག་པ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། ། འགྲོ་བས་ན་བ་ཡང་ཞེས་  
 བྱ་བའི་བཞེད་པ་ལ་ཡང་རབ་དུ་གྲགས་པ་ཉིད་ཀྱི་བ་ཡང་ལ་བ་ཡང་གི་སྐྱེ་གནས་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། ། དེ་བཞེད་དུ་སྤྱང་པ་ཆེ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། ། འདིས་ནི་སྐྱེ་  
 འབྱུང་བ་མེད་པ་ཅན་བཤད་རོ། ། བཞེད་པར་འདོད་པའི་དོན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་

ནི་འགྲོ་བ་དང་ལག་པ་དང་འབྲེལ་བའོ། ། འབྲུལ་བར་བྱེད་པ་ནི་རྩ་མེད་པའི་མི་  
 དག་ལ་ཡང་འཇུག་བའི་ཕྱིར་རོ། ། དོན་དེ་རྫོང་པར་འདོད་པས་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་ལ། ། འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་དོན་བརྫོད་པར་འདོད་པས་བ་ལང་  
 ཉིད་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུ་སྒྲུར་བར་བྱེད་པའི་འོ། ། འབྲུལ་པ་མེད་པ་ཅན་ཡིན་ན་  
 ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི། གཤམ་དེ་གྲགས་པས་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སྒྲུ་འབྲུལ་པ་མེད་  
 བ་ཅན་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་། དེ་ལ་སྒྲུ་ནི་གཏན་ཚིགས་མ་ཡིན་ནོ། ། འོ་  
 ན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། དོན་ཉིད་དེ་འགྲོ་བ་དང་ལག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་  
 རོ། ། ། དེ་ཡང་འབྲུལ་པ་ཡིན་དེ། མི་མཐུན་བའི་ཕྱགས་ལ་ཡང་འཇུག་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་འདྲ་བའ་ནམ་པ་ནི་བ་ལང་ཉིད་ལ་སོགས་པ་འོ། ། དེ་  
 འདྲ་བའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་དོན་བརྫོད་པར་འདོད་པ་ལའོ། ། གཤམ་  
 ཉིད་པ་ལང་དང་སྒྲུང་བོ་ཆེའི་སྒྲུ་དག་ལ་བ་ལང་དང་སྒྲུང་བོ་ཆེ་གང་དག་གི་འགྲོ་བ་དང་  
 ལག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྱད་པར་ཅན་དག་ལ་བསྟན་པ་དེའི་ཚེ་སྒྲུ་དང་འདྲ་བའི་དོན་  
 ནི་འབྲུལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་གོ་བར་བྱེད་པའི་གཏན་ཚིགས་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། ཅེ་སྟེ་  
 འགྲོ་བ་དང་ལག་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཅམ་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པ་དེའི་ཚེ། དེ་ནི་སྟེས་བྱ་ལ་  
 ཡང་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་། རང་གི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རབ་དུ་སྒྲུར་བའི་སྒྲུ་ནི་སྟེས་བྱ་  
 ལ་ཡང་ཐལ་བར་འགྲུར་བ་དེ་ལྟར་ན་སྒྲུ་ཡང་འབྲུལ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་དེའི་ཕྱིར་རྫོང་པར་  
 འདོད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེས་དེ། འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱི་ཉིད་  
 སྒྲུའི་དོན་ཉིད་དུ་རྫོང་པར་འདོད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། བརྫོད་པར་འདོད་  
 བའ་དོན་གྱི་སྒྲུའི་མཚན་ཉིད་སྟེས་བྱ་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟ་ན་ཡང་བ་  
 ཡང་གི་སྒྲུ་དང་སྒྲུང་བོ་ཆེའི་སྒྲུ་ནི་སྟེས་བྱ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། མཚན་པ་

[illegible]



དག་ལ་བཞུགས་པ་ནི་ཅི་མཁས་པར་གཞིན་པ་ཅན་གྱི་ཚད་མ་ཅིང་པ་ཡིན་པར་བཤད་  
པར་བྱུང་། སང་བཞིན་དུ་བྱུང་པའི་ཐུག་དུ་བྱུང་བ་ནི་འབྲས་བུ་སྤྱོད་པར་བྱས་  
པའོ། མ་ཐོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་ཉིད་པའོ། རྒྱ་མིང་ན་འབྲས་  
བུ་མེད་པ་ནི་ཐོག་པ་ཡིན་དེ། རི་ཡང་དག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དབང་ཐུག་མ་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ཐོག་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། འབྲུང་པར་ནི་འདོད་ན་  
ཇེས་སྤྱ་འབྱོབ་ཅན་ཉིད་ལས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོར་འབྲུང་པོ་ཞེ་ན།  
དངོས་པོ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་དེ། རི་ལ་དངོས་པོ་གཞན་ཡང་  
ཐག་ཉི་ལ་དེ་ལྟར་ན་ཐེ་ཚོམ་དུ་འབྲུང་ཞིང་ཐོག་པས་ནི་དེས་པ་ཉིད་པར་འབྲུང་པོ།  
ནི་ནི་འོར་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་དེ། དཔེར་ན་འབྲས་བུར་མའོན་  
པར་འདོད་པའི་དུ་བ་ལ་སོགས་པ་འདི་ནི་མེད་ཤིང་ལ་སོགས་པའི་ཚེ་པ་འདི་  
ཉི་ལ་ན་ཡོད་ན་ཡོད་པར་འབྲུང་བ་དང་། མའོན་སྤྱི་དམིགས་པར་འབྲུང་པོ།  
ཡང་ཡུལ་ལམ་དུས་དེ་ཉིད་ལ་རྟོ་བ་དེ་ལས་གཞན་མེ་ལ་སོར་པ་གང་ཡང་རྒྱ་བ་  
བསལ་བ་ན་བསལ་བ་དེ་ལས་གཞན་པའི་བྱས་པ་ཡོད་དུ་ཟིན་ཀྱང་པོ། རི་  
མེད་ན་དེ་བསལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཅིང་ན་མེད་པར་འབྲུང་བ་ནི་དཔེ་འབྲས་བུ་ཡིན་  
ན་ཞེས་དོགས་པར་འབྲུང་པོ། རི་ལྟ་མ་ཡིན་ན་འབྲས་བུ་འབྲུག་པ་ན་ཅིའི་  
ཕྱིར་རྒྱ་མེད་ན་མེད་པར་འབྲུང་། འབྲུང་པར་ན་འདོད་ན། རྒྱང་པོ་དང་  
དེ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་དག་མེད་ན་ཡང་དེ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་ཐེ་ཚོམ་ལ་བས་  
མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། རི་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་དེ་གཤམ་དེ་རྒྱང་པོ་དང་དེ་ལ་སོགས་  
པའི་དངོས་པོ་མེད་པས། དེ་མེད་པར་འབྲུང་ན། ཅོགས་པ་ཅོགས་པ་  
ཅན་གྱི་དུ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ནི་སྤྱོད་པར་འབྲུང་དེ། རིའི་རྒྱང་པོ་དང་དེ་ལ་

[illegible]

བར་སྐྱོད་ན་ཡང་འདྲ་བ་གཞན་དང་གཞན་སྐྱོད་པས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ངེས་པར་མ་བྱས་  
 བ་ཡིན་པ་དེ་བས་ན་འབྲས་བུའི་སྒོ་ནས་ཇེས་སྤྲོད་པ་ཡིན་མོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
 བསྟུ་བའི་དོན་ཡིན་ནོ། ཇི་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཡང་མ་ངེས་པའི་  
 དོགས་པ་བསྟུ་བ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཇི་ལྟར་ཡང་ས་ལ་སོགས་པ་དཔྱོད་པས་འདིར་  
 ཡང་མིག་ལ་སོགས་པ་ལེགས་པར་བྱས་པ་ན་ནས་བར་ཤེས་བའི་བྱད་པར་མཐོང་  
 བའི་ཕྱིར་དེ་དབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ཡང་དེར་པ་གཞན་བཟོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
 ཉི་བར་དགོད་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ཉིད་སོ་སོ་སོ་སོར་རྒྱས་མེད་ནམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ནོ། ལྷན་པར་སྐྱོད་པར་བྱེད་པ་ནི། ཚོགས་པའི་དོན་  
 ཡིན་དམ་ནོ། རྒྱས་པ་ཡོད་ན་ཡང་ཡུར་ཅིའི་ཕྱིར་སྐྱོད་པར་མི་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་  
 ཅི་མི་སྐྱོད་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་ལྷན་པ་ཅིའི་ཕྱིར་སྐྱོད་པར་མི་བྱེད། གཤམ་  
 དེ་སྐྱོད་པའི་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷན་པ་སྐྱོད་པའོ། དེ་ལྟར་ནི་གཉི་གའི་ལས་སྐྱོད་  
 བ་དང་གང་ཡང་བྱུང་བའི་ལས་ལས་སྐྱོད་པ་ལྷན་པ་ཡིན་པར་འདོད་དོ། ལྷན་པ་  
 སྐྱོད་པར་བྱེད་པའི་ལས་དེ་ཉིད་ཅིའི་ཕྱིར་མི་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གཤམ་དེ་གནས་སྐབས་  
 གཅིག་ལ་ཡང་རྒྱ་རྒྱས་པར་བྱེད་པར་མེད་པ་དེའི་ཚེ་ལྷན་ཅིག་པ་མ་ཡིན་པའི་གནས་  
 སྐབས་ན་ཡང་ལས་ཅིའི་ཕྱིར་མི་བྱེད། གཤམ་དེ་ལས་ཀྱི་རྒྱ་འཕེན་པ་ལ་སོགས་པ་  
 དེའི་ཚེ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེའི་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོར་པ་སྒྲོས་དེ། ལས་དེའི་  
 རྒྱ་ནི་གང་འཕེན་པ་ལ་སོར་པའོ། འཕེན་པར་བྱེད་པའི་འབད་རྩོམ་གྱི་བྱད་པར་གྱི་  
 འབྲས་བུ་འཕེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱད་པར་གང་གི་དབང་གིས་སྐྱོད་དང་སྐྱོད་  
 ཕྱོར་སྤྲོ་འགོ་བ་སྐྱོད་པར་འབྱུང་དོ། སོགས་པའི་སྒྲུས་ནི་འབད་རྩོམ་ལ་སོགས་པ་  
 གཞུང་དོ། གཤམ་དེ་ཇེས་དེ་དག་ཉིད་ལས་ཀྱི་རྒྱ་འཕེན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡང་

བ་མཚུངས་བ་ཡིན་ནོ།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

དཔང་ཕུག་མོག་མ་ཡིན་ཀྱང་པར་མེད་ཤིང་།

ཆེ་གས་བའི་གཞས་སྐབས་ན་ཡང་ཐ་དད་པ་མེད་བའི་རང་

ཐལ་ཞིན་ཅན་ཉེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།

དེ་ཉིད་ཀྱི་བཤད་པ་

བཤད་པ་ལས་ཡུལ་པ་འི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཤེས་བྱ་བ་མི།

མེ་མོར་ནས་པ་

མེད་པ་གང་གིས་མེད་པ་ལ་མེད་པ་བཞིན་ད་ལྟར་པའི་མེད་པ་སྤེལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ནི་

དཔེ་མཛོད་མེད་པ་ཀྱི་ཡིན་ཅེ་ཞེས་བཤད་བའི་ལས་པ་ལྟོག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན།

དཔེ་མཁན་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་ལ་ཉི་ལཱ་བྱེད་པར་ལ་ཕང་ཁོ།། འདི་ལྟར་

མཉམ་ཅིང་གྱིས་ལ་པར་བྱེད་པ་ཅིང་ཡོང་བ་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐལ་ས་གང་ཡིས་

ཆེན་མ་ཉེ་ཐོབ་པར་འགྲུག་བའི་ཐུགས་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་ཞེས་ཀྱང་བཤི་དོན་དེ།

ཀཱི་ཞེ་ནི་ཀཱི་ཐ་ཞེ་བ་ཅན་ནོ། ། ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པའོ་ཞེས་

[illegible]

ཕྱི་གྲོན་བཅས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཡུལ་ཁྱིམ་པ་ལྟར་པ་མེད་པ་ཙམ་དཔེར་།

ਸਰੋਤੀਏ ਸੋ। ਸਰੋਤੀਏ ਸੋ। ਸਰੋਤੀਏ ਸੋ। ਸਰੋਤੀਏ ਸੋ। ਸਰੋਤੀਏ ਸੋ।

[illegible]

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।      श्रीगणेशाय नमः ।

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

མེད་ཅུང་མ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་པ་དང་པོ་ལ་ཉི་མུ་མ་མེད་མ་པའི་ཅུང་མ་པོད་ཀྱི་མེད་པ་

ཕྱི་རྒྱུ་སྐད་གཞན་པ་མཛོལ་བ་ཡི་ཕྱི་རྒྱུ་སྐད་ཀྱི་འོ་གང་མཛོལ་པ་ཁོ་

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥



ཡོངས་མཁུན་པ། ཁོ་བོ་འི་གང་ལ་ཉེར་མཁོ་མིན་ཞེས་བྱ་བའི་ཚོགས་སྤྱི་བཅད་བའི་  
 ཆ་འདི་དག་གི་བར་བྱ་བ་ནི་དམ་བཅའ་བ་གཉིས་པ་ཡིན་ནོ། འདིར་ནི་འབྲེལ་བ་  
 མཛད་པས། ཐམ་བར་འབྱུང་བའི་བྱིར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་  
 ན་དེ་མིན་གྲངས་ནི་ཡོངས་མཁུན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་འཆད་པ་ན། དམ་བཅའ་  
 བ་གཉིས་བའི་ཞེས་སྒྲུབ་སོ། དེ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་དམ་བཅའ་བ་གཉིས་ལ་ཐ་དད་  
 བར་སྒྱུར་བ་གང་ཞིག་སྤྱག་བསྐྱེད་གང་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་རྟོགས་པ་སྒྲུབ་སོ། སྤྱག་  
 བསྐྱེད་དེར་བ་དུ་ཞི་བའི་ཐབས་མཁུན་པ་གཞན་གྱི་ཡོ་ཤེས་བཅའ་བར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་གཅིག་གོ། དེ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་ཅན་མ་ཡིན་  
 བའི་ཡོ་ཤེས་ནི་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་པའོ། རང་བཞིན་གྱི་གདན་  
 ཚོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དེའི་ཞི་བའི་ཐབས་སྤྱ་བྱུང་བའི་ཡོ་ཤེས་ཚོལ་བ་  
 ཉིད་ནི་དེའི་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་གཏུངས་པ་ཅན་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 རོ། ཁྱེད་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཡོ་ཤེས་ནི་བཅའ་བར་བྱ་བ་མ་  
 ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་གཉིས་པ་ཡིན་ དེ་དེ་ལ་བཞུགས་ན་དེའི་ཡུལ་ཅན་  
 གྱི་ཡོ་ཤེས་འཚོལ་བར་བྱེད་པ་ལ། དེ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་ཅན་ཉིད་ཀྱིས་བྱ་བ་  
 བ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་བ་ཡང་ཉེ་བར་མཁོ་བ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱ་བ་བར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པའོ། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ཀྱུན་  
 འབྱུང་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། དོར་བྱའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རིག་པར་མཛད་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་འདིས་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་བདེན་པ་ཤེས་པ་དང་། ཐབས་དང་བཅས་པ་རིག་  
 པར་མཛད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་ཀྱན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ཤེས་པ་བསྐྱེད་ནོ།  
 གཞུགས་དང་ཚོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་

བར་གཤམ་པ་མེ།      བཟུང་བྱུང་པ་མེ་ཕྱང་པོ་ལྷ་ནི་སྐྱུག་པ་ལྷུལ་གྱི་བརྟེན་པ་ལོ།  
 དེ་ཉིད་བྱུང་བྱུང་པ་ནི་ཀུན་འབྱུང་གི་བརྟེན་པ་ལོ།      གཙོ་བོར་ནི་སྟེང་པ་ལ་ཀུན་  
 འབྱུང་གི་བརྟེན་པར་གསུངས་སོ།      དེ་བཞིན་དུ་རྒྱང་པར་བྱ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 རིག་པར་མཛད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་འགོག་པ་འཛིན་པ་གཤམ་པ་བསྟན་དོ།  
 འགོག་པའི་བརྟེན་པ་ཡང་འདོད་ཅུགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པ་ལོ།  
 ཐབས་དང་བཅས་པ་རིག་པར་མཛད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་ལམ་གྱི་བརྟེན་པ་གཤམ་པ་  
 བསྟན་དོ།      ལམ་གྱི་བརྟེན་པ་གཤམ་པ་ཡང་སྒྲོམ་པ་འཛིན་པ་སྤངས་པ་ལྷུག་པ་དེ་ལ་  
 མེད་པའི་ཡོ་གཤམ་སོ།      དེའི་སྐྱུལ་པར་བྱེད་པ་ཡོད་དུ་མིན་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་  
 འགོ་ནས་བསྟན་པར་བྱའོ།      གཞོད་པ་ཅན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་དབང་བོ་ལས་འདས་པ་ལ་གནོད་པ་ཅན་མེད་པའི་བྱིར་ལོ།      གཞུང་  
 བར་བྱ་བ་འཛིན་པ་ཅས་བྱ་བ་ནི་རྒྱང་པར་བྱ་བའི་མིག་ཡིན་ནོ།      དུད་འགོ་འེ་  
 རིགས་མཁའ་ལ་སྐྱུ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི།      བྱ་གོད་མ་གཏོགས་པའི་གཞན་གང་  
 དག་ཐག་རིང་བོར་མཐོང་བའམ་ཐོས་པ་ལོ།      དྲིགས་བྱེད་ནི་མཁའ་འགོ་མའོ།  
 བྱ་གོད་སྒྲོམ་པས་ནི་ཉེ་བར་མཚོན་པའི་དོན་ཡིན་ནོ།      ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལ་  
 སོགས་པ་དག་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི།      ཇི་ལྟར་ཐུགས་སྐྱེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་  
 ལོ་སྟོན་པར་མཛད་པའི་ཆེའོ།      སོགས་པའི་སྐྱུས་ནི་མེ་འཇིགས་པ་ལ་སོགས་  
 པ་རྣམས་པར་འཇོག་པར་མཛད་པ་དག་ལའོ།      ཐུགས་རྗེས་ཡང་ཅི་ཞིག་བཞེད་  
 སྟོན་པ་ལོ།      གང་ལའངས།      རྣམ་པ་གང་གི་ས་སམ།      འདིའི་རང་  
 བཞིན་ཅན་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་ཞེ་ན།      བན་བདགས་པའི་ལན་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 བརྟེན་པ་མེད་པ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོམ་དེ།      བན་གདགས་པ་བྱས་པ་དག་ལ་རྟེན་

བ་ཐོབ་པ་ནི་སྙན་བརྒྱུས་པའི་ལན་ལོ།      སོགས་པའི་སྒྲུལ་ནི་གྲགས་པ་དང་  
 བསྐྱེན་བཀུར་ལ་སོགས་པ་གཞུང་ངོ་།      དེ་ལ་བསྐྱེས་པ་མེད་པ་དེ་ལྟར་ན་དེ་  
 གླུ་ཅེས་བྱ་སྟེ།      སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཉིད་བཞེད་པ་ན་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།      མཛེས་བོ་དང་དགྲ་བོ་དག་ལ་ཇེས་སྤྲོ་ཆགས་པ་དང་ཁོང་  
 ཁྱོད་མི་མངའ་བའི་ཕྱིར།      ཁམས་གསུམ་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྟེ་མས་པའོ།      འདིས་ནི་ཡུལ་ཆེན་བོ་ཅན་ཉིད་དུ་བསྟན་པའི་  
 ཕྱིར་གྲགས་ཇི་ཆེན་བོ་བཤད་དོ།      རྣམ་པ་དང་རང་གི་ངོ་བོ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་  
 འིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་དེ།      དེ་ཡང་མི་སྤྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་འིན་དུ་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་འདྲོད་པའི་རྣམ་པ་ཞི་སྤང་  
 མེད་པ་དེ་ལ་དེ་གླུ་ཅེས་བྱ་ལོ།      ཇི་ལྟར་དེ་ཉིད་གོམས་པ་ཡིན་ཞེ་ན།      ཡོན་  
 ཏན་ལ་ཆགས་པ་ལས་སམ་ཞེས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་དེ།      ཡོན་ཏན་  
 དག་ལ་འགའ་ཞིག་ཆགས་པས་གོམས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེ་གོམས་པ་ལ་འབད་  
 ཅོལ་དང་ཐུན་པར་འགྱུར་རོ།      སྤྱིང་ཇི་ཡང་བྱུང་པར་འཇགས་པའི་ཡོན་ཏན་  
 ཡོན་པར་དམ་པ་རྣམས་བཞེད་པ་དེ་བས་ན།      ཡོན་ཏན་ལ་ཆགས་པ་ལས་སྤྱིང་  
 ཇི་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ།      སེམས་ཅན་གྱི་བྱུང་པར་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་  
 བཞེན་གྱི་བྱུང་པར་ལས་སྟེ།      འགའ་ཞིག་རིགས་གང་ཡིན་པ་དེ་འདྲ་བ་ཉིད་  
 ཀྱང་གཞན་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ།      འདིས་ནི་རྒྱུའི་ཕྱོད་པས་བཤད་རོ།      །  
 ཀྱེན་གྱི་ཕྱོད་པས་ནི་གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་དེ།      སྤྱིང་  
 ཇི་གོམས་པ་ཅན་གྱི་བྱུང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དག་གིས་བྱེད་པ་སྟེ་སྤྱིང་ཇི་ལ་ངེས་པར་  
 སྤྱར་བའོ།      དེ་བསྐྱེན་པ་ལས་སམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་དག་གིས་ངེས་པར་ས་



སྤྱི་བ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་གཞན་གྱི་དོན་ལ་འབྱུག་པ་རྣམས་དང་ལྷན་ ཅིག་གནས་ཤིང་དེ་  
 བསྐྱེད་པ་ལས་དེ་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་འགྱུར་རོ།། བདག་འདོད་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་དེ་དག་གིས་བྱེད་པ་ལས་བསྐྱེད་པ་ལས་མ་ཡིན་མེད་གྱི། འོན་ཀྱང་བདག་  
 ཉིད་དེ་སྤྱིང་ཆེ་འདོད་པ་ཡིན་ནོ།། ཡོན་ཏན་ལ་ཆགས་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
 ལས་འདི་ལ་བྱུང་བར་ནི་ཡོད་ཅེ་ན། བཟློབ་པར་བྱ་སྟེ། དེར་ནི་ཡོན་  
 ཏན་ཡིན་ནི་ཞེས་ཤེས་ནས་འབྱུག་པ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་འབྲས་བུ་ལ་བཟློས་  
 བ་མེད་པ་དེའི་ངང་སྒྲུབ་ཅིང་གྱིས་དེ་སྤྱིང་ཆེ་འདོད་པ་ཡིན་ནོ།། སྤྱི་དེ་རྣམས་  
 གྱིས་སྤྱིང་ཆེ་གོས་ས་པར་བྱས་ནས་ཤི་ནས་ཀྱང་ངོ་།། མཐར་ཕྱིན་པ་ནི་འཕེལ་བའི་  
 མཐར་ཕྱིན་པའོ།། གཤམ་དེ་སྤྱོད་ནི་ལུས་དེན་ཕྱིར། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 བས་འདིག་དེན་གྱང་ཕན་བའི་ཕྱོགས་སུ་མ་འགོད་པར་བྱེད་དོ།། ཁ་ཅིག་ནི་  
 སྤྱོད་འབྱུང་བ་ལས་དོན་གཞན་དག་ནི་དོན་གཞན་མ་ཡིན་པར་འདོད་དོ།། དེ་ལ་  
 དོན་གཞན་ཡན་པའི་ཕྱོགས་ལ་གཉིས་དེ་ལུས་ གྱི་ཡོན་ཏན་ལུས་གྱི་འབྲས་བུ་སྤྱོད་པ་  
 བའས། དོན་གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱོགས་ལ་ཡང་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བདག་ཉིད་  
 ཅན་གྱི་ལུས་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་བའི་རྣམ་པ་ཡིན་ནོ།། དེ་སྐད་དུ་ཡང་ས་དང་  
 རྩ་དང་མེ་དང་རླང་ཞེས་བྱ་བ་ཅེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་གྱིས། དེ་དག་ལས་སེམས་  
 ནི་ཕྱོས་པའི་རྣམ་པ་བཞེན་ནི་ཞེས་སྤྱོད།། གཤུང་གསུམ་པོ་དེ་ཉིད་སྤྱོད་ནི་  
 ལུས་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འཆད་པར་བྱེད་དོ།།  
 སྤྱོད་ནི་ཡོན་ཏན་ཉིད་དང་། འབྲས་བུ་ཉིད་དང་རྣམ་པ་ཉིད་ལ་བཟློས་ནས་གོ་  
 རིམ་བཞེན་དུ་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་ལུས་ཅམ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་ཐ་སྣང་དུ་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།། སྤྱོད་འཛན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཆོས་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོན་ཏན་ནོ།།

བའི་དུས་ན་ཡང་འཕྲུང་བ་རྣམས་གདོད་ནས་འཛིན་པ་ཅན་གྱི་སྐུན་འཆད་པ་མི་ཡོད་  
 དེ་སྐུར་བར་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་དང་གི་བའི་ཁྲུལ་མི་དཔེ་གས་པར་ཐལ་བར་འཕྲུང་བའི་...  
 སྤྱིར་དང་། དེ་ལ་ཡང་གྲུང་བ་ཡོད་པ་ན་སྤྱོད་ཆ་ལས་རྣམས་ཐ་དད་པ་མེད་པར་

ཐམ་པར་འགྲུར་བའི་ཕྱིར་རོ། ། འོ་ན་མི་ལྟར་འདོད་ཅེ་ན། འོ་ན་ཀུར་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པ་ལ་བྱ་བའི་སེམས་དཔའ་ཅན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་  
 པར་གསལ་བའི་སེམས་པ་ཅན་ཉིད་དོ། ། འགལ་བའི་རྒྱུན་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་

དུག་དང་མཚན་ཅིང་པ་སོགས་པའི་ལྷ་ལས་སོ། ། མདོན་པར་གསལ་བ་མ་ཡིན་  
པའི་སེམས་པ་ཅན་ཉིད་ཅེས་ལྷ་པོའི་གསལ་བའི་སེམས་པ་ཅན་ཉིད་དོ། །

འཕྲི་བའི་ཤུལ་སྒྲིབ་པ་ལས་ནས་པ་གཞན་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་འཕྲི་བའི་ཐ་སྟོན་ཏུ་སྤང་.....  
པའོ། ། ཡང་རྟེན་རྒྱུ་ལེན་ཏུ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པས་ནི་འདས་པུས་གྱི་

ཡུལ་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་མི་ཅན་པར་སྟོན་པར་བྱེད་རྒྱུ།      རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་པལྱིན་ཏུ་ཞེས་  
 རྩ་པ་ནི་སེམས་གཤམ་གྱིས་རྒྱུ་མ་ཡུལ་པར་སྟན་པའི་རྒྱུ་གཤམ་པོ་ནི་པའོ།

རབ་བྱ་སང་པའི་སྐོར་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ།      ལྷ་དང་ལྷ་མ་ཡིན་པའི་པདག་  
ཉིད་ཅན་དང་།      གཤགས་ཅིང་པ་མེད་པ་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་ནོ།།      ལ་པའི་

སེམས་པ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་དོན་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ།      གང་དག་ལས་བྱ་བའི་  
 སེམས་ཉིད་འབྱུང་བར་འབྱུང་བ་དེ་དག་ལ་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་བ་མི་དོན་གཅིག་ཡིན་ལོ།

གང་དག་ལ་བྱ་བའི་སེམས་ཉིད་མངོན་ཏུ་གྱུར་བ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་བཟོ།  
དེ་ལ་བྱ་བའི་སེམས་པ་ཅན་གྱིས་དོན་དང་བསྐྱེད་ཅི་ཡོངས་སུ་གྱུར་བར་བྱ་བ་དང་

བྱ་བའི་སེམས་ཀྱི་དོན་གཉིས་པས་ནི་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ཐོབ་པའོ། ། རྗེ་ལྷ་ར་  
 གོམས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་དག་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བའི་སྤར་གྱུར་པའི་བརྟེ་བ་  
 དང་སློང་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཅེ་འདྲ་བ་གོམས་པར་བྱས་པས་འདུས་བྱས་པའི་བྱུང་  
 པར་དང་ཐུན་པར་འགྱུར་དེ། སྤར་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་སུ་གོམས་པའི་བརྟེ་བ་  
 དང་སློང་ལ་སོགས་པ་འདུས་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་དོ། ། གཉིད་ཡོག་  
 པ་དང་སད་པ་དག་གི་འདུས་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མི་སྤང་བར་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 བྱུང་པར་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཆི་བའི་དུས་ནའོ། ། དེ་ལྷ་ར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོམས་  
 པ་མེད་པའོ། ། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སངས་རྒྱས་པ་ལ་ཡང་  
 དོ། ། ། འདྲུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 དུས་གཞན་དུ་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཀུན་དུ་སྤྱོད་པའི་འགོག་པ་ཅན་གྱི་  
 ཅལ་འབྱོར་གྱི་བྱུང་པར་ནི་འདྲུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པའོ། ། དེ་ལ་  
 ཞུགས་པ་ལ་སེམས་རྒྱན་ཆད་པ་ཉིད་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། ། གཉི་ག་ལ་གྲུབ་པའི་  
 དཔེ་བཞུན་པའི་ཕྱིར། ལེགས་པར་གཉིད་ཡོག་པ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་  
 ལྟ་བུའོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོམས་སོ། །

[illegible]

ཆོས་ཅན་དེ་ལ་ཆོས་དུ་མ་ཡོད་ན་ཡང་འབྲས་ཀྱི་འབྲས་ལ་མི་ལྷན་པ་བརྒྱུ་ནས།  
 ལྷན་པའི་དོ་བོ་གང་ཡིན་པ་དེའི་ཁྱད་པར་གཞན་སྤོང་བ་ཅན་གྱི་དོ་བོ་ཅས་ཤིས་པར་  
 བཤད་པ་ལ་ལོ། དེ་ལྟར་བཤད་བྱས་པ་ལྟེ། ཁྱད་པར་གཞན་སྤོང་བ་  
 ཅན་གྱིས་ཐ་དད་པ་ལ་བཤད་བྱས་པ་ལོ། དེ་ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་ཀྱི་རང་སྤོང་བོར་  
 སྤྱད་པར་བྱའོ ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅི་འབྲུང་བ་དག་ཉི་མར་ལེན་པའི་དོ་བོས་སེམས་ཉིད་གྱི་  
 རྒྱ་ཡིན་ནས། འོན་དེ་བདག་པོ་ཅས་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་དེ། ཇི་ལྟར་  
 ཉི་མར་ལེན་པའི་དོ་བོས་སྤོང་པ་དེ་ལྟར་ནི་འགྲོ་ནས་སྤོང་པར་འགྲུར་རོ། ཞེས་  
 བྱ་བ་དགོངས་སོ། གཤམ་དེ་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་ན་སྤོང་བྱི་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི། ཐ་དད་པ་ལེད་པ་ལ་ཐོག་པའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་ཐ་སྤྱད་དུ་མི་འགྲུར་རོ ཞེས་  
 པས་སྤྱོད་པ་ལོ། དེ་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ལྷན་པ་ནི་རྒྱའི་བདག་  
 ཉིད་ཁོ་ནར་བཤད་པོར་བྱེད་དོ། ཐ་དད་པའི་དོ་བོར་བརྒྱུད་པ་གང་ཡིན་པ་  
 དེ་ལ་ལན་བཤད་པའི་ཕྱིར། འདྲིའི་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤོང་དེ།  
 ན་ནི་རྒྱ་གྲུ་བརྒྱུད་པའི་རང་བཞིན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྒྱ་  
 གྲུ་བརྒྱུད་པར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་ནི་དེ་ཡིན་གྱི་གཞན་གྱི་ནི་སྤོང་པ་ཞེས་བཤད་ན་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ཉིད་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཇི་ལྟར་འདྲི་ནི་འདྲིའི་  
 ལྷན་པ་ཡིན་ནོ ཞེས་སྤོང་དེ། ཇི་ལྟར་སྤོང་པའི་འདྲིའི་ལྷན་པ་འདྲི་ཡིན་གྱི་གཞན་  
 གྱི་ནི་སྤོང་པ་ཞེས་ཤིས་པར་འགྲུར་རོ། དེ་སྤྱད་དུ་རྒྱ་གྲུ་བརྒྱུད་པར་བྱེད་པའི་  
 རང་བཞིན་ལོག་བྲས་སྤྱད་པའི་དོ་བོ་གང་ཡིན་པ་ཁྱད་པར་གཞན་སྤོང་བ་ཅན་དེ་ཅས་  
 ལ་ལྷན་པའི་སྤོང་པ་ཆོས་བརྒྱུད་པ་ཡིན་ཞིང་། སྤོང་བྱི་རྒྱ་ཡང་ཁྱད་པར་  
 གཞན་མི་སྤོང་བ་ཅན་ཁྱད་པར་ཐོས་སྤོང་ནང་དུ་བསྡུས་པས་འཇགས་པ་ན་ཆོས་ཅན་

བཟུང་བ་ཡིན་ལ། ཆ་དེ་ཙམ་གྱིས་ན་ཆོས་ཅན་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་སྐྱེ་ནས་པར་དབྱེ་བ་  
 སྐྱེས་ནས་ཐ་དང་པའི་དེན་ཅན་གྱི་ནས་པར་དབྱེ་བ་བྱས་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་བཟུན་པར་...  
 འགྱུར་རོ། རིགས་མཐུན་པའི་རྒྱ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་སྤྲོ་མས་བསྐྱུས་པའི་དབྱུགས་  
 དབྱང་བ་དང་། རྒྱབ་བ་དང་དབང་པོ་དང་སློ་དག་གོ། དབྱང་རྒྱབ་ན་དབྱུགས་  
 དབྱང་བ་དང་རྒྱབ་བའོ། ཐམ་འགྱུར་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྐྱེན་འབྱིན་  
 བའོ། གྱུར་བ་ཉིད་དུ་བཟོད་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འབྱང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་བསལ་བའི་  
 བྱད་པར་ཐམས་ཅད་ལ་མཚུངས་པ་དང་། སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་གང་  
 གི་ཆོ་གཞན་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་པ་དེའི་ཆོ། ཁོང་དུ་ཅུད་པར་བྱའོ།  
 གང་གིས་ཆོ་གསལ་བ་སོ་སོ་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཐ་དང་བ་དང་། སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་  
 པ་དེའི་ཆོ་སྐྱེན་འབྱིན་པ་འད་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ལ་ཡང་སེལ་བ་གཞན་  
 ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྒྱ་དབྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཕྱོན་པར་འགྱུར་རོ། དཔེར་ན་ད་  
 ལྟར་བའི་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབྱུགས་དབྱང་བ་དང་རྒྱབ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱན་གྱིས་...  
 འཇུག་པ་ལྟ་བུའོ། དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་མི་ལ་སོགས་པ་ལ་དང་པོར་འབྱང་བའི་  
 ངང་རྒྱལ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ཆགས་ནས་སྤྱི་རང་གི་རིགས་ལ་རག་བྱས་པ་ཉིད་བཟུན་ནས།  
 བཟུན་བཅོས་མཛད་པས་སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱོགས་འདས་པའི་སྐྱེ་བ་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་བཟུན་ཅིང་། དེ་ནི་ཕྱོགས་འདི་ཉིད་ལ་མ་འོངས་པའི་སྐྱེ་བ་གྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། ཉིང་མཚམས་སྤྱོར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོས་སོ། གང་མེད་  
 ཅས་བྱ་བ་ནི་ཕྱིས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ཡོད་པ་ཡིན་དེ། འཆི་བའི་དུས་ན་ཡང་དབྱུག་  
 འབྱང་རྒྱབ་པ་དང་། དབང་པོ་དང་སློ་དག་གིས་སྐལ་བ་མཉམས་པའི་རྒྱ་དག་གི་  
 རོ་བོ་ནམས་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། འཆི་བ་ལ་དུས་ཕྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སློ་དང་

དབང་པོ་ལ་སྟགས་པའི་རྒྱད་ཅིག་མ་ཐ་མ་ནི་འཆི་བ་ཡིན་པ་དེ་ལས་དུས་ཕྱིས་དེ་མ་  
 འངས་པའི་སྤྲི་བའི་རྒྱད་ཅིག་མའོ།།      དབང་པོ་ལ་སྟགས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་  
 རོ་བོ་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི།      བདག་ཉིད་སྤྲི་བ་ལ་ཡང་རྒྱད་ཅིག་མ་ཐ་མས་  
 བསྐྱས་པ་དབྱགས་འབྱུང་རྩལ་དང་དབང་བོ་དང་སྟོ་རྣམས་ནི་མ་འངས་པའི་སྤྲི་བས་  
 བསྐྱས་པའི་དབྱགས་འབྱུང་རྩལ་ལ་སྟགས་པའི་སྤྲི་ཡིན་ནོ།།      གཤམ་དེ་དབྱགས་  
 འབྱུང་རྩལ་ལ་སྟགས་པ་དེ་དག་གི་ཐ་མ་ཡོད་ན་གང་ལས་སྐྱུ་དང་བྲམ་བ་ཡིན།  
 འབྲས་བུ་མི་སྤྱིད་པ་ལ་སྐྱུ་དང་བྲམ་བས་ཁྲབ་བ་ཡིན་ལ།      དེ་དང་འགལ་བ་  
 ཡང་བྲམ་བ་ཡིན་པ་དེ་རྗེས་ན་ཁྲབ་བར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དཔྱགས་པའོ།།  
 འབྱུར་བར་ནི་འདོད་ན་གཤམ་དེ་འཆི་བའི་དུས་ན་དབྱགས་འབྱུང་རྩལ་ལ་སྟགས་པ་ཉིད་  
 སྐྱུལ་བར་འབྱུར་བ་དེ་བས་ན།      འཆི་བའི་དུས་ཕྱིས་དབང་པོ་ལ་སྟགས་པ་  
 སྤྱིད་པ་ལ་སྐྱུ་མ་ཚང་པ་མེད་པར་འབྱུར་ན།      དབང་པོ་ལ་སྟགས་པ་ཡོད་པ་  
 ཉིད་ཀྱང་དེའི་ཆོ་ཡོད་པ་ཡིན་པ་དེ་བས་ན་གཏན་མིགས་མ་སྐྱུ་བ་ཡིན་ནི་ཞེ་ན།  
 དེའི་སྤྱིར་མ་སྐྱུ་བ་ཡང་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོན་དེ།      ལྷས་ཡན་གར་བ་  
 ལས་སྤྲི་བ་ཡིན་ན་ངེས་མཐུན་པའི་སྐྱུ་དང་བྲམ་བ་པར་འབྱུར་ན།      འདྲ་ཀྱང་དེ་ཡོད་  
 བ་མ་ཡིན་དེ་ཐམ་བར་འབྱུར་པའི་སྤྱིར་འོ།།      དེ་བས་ན་ངེས་མཐུན་པ་ཉིད་  
 ནི་ཉི་བར་ལེན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟོ་ནས།      ངེས་མཐུན་པའི་སྐྱུ་ཡིན་པའི་གཏན་མིག་  
 དེའི་སྤྱིར།      རྒྱད་ཅིག་མ་ཐ་མའི་དབང་པོ་ལ་སྟགས་པའི་ངེས་མཐུན་པའི་  
 རྩ་མས་དབང་པོ་ལ་སྟགས་པ་སྤྱིད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་རྗེས་ན།      འཆི་བའི་གནས་  
 རྩ་མས་ན་དབང་པོ་ལ་སྟགས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་སྐྱུ་བ་ཡིན་ནོ།།      དེ་དག་ཀྱང་སྟོ་  
 བྱུར་བ་ཉིད་མཚན་སྤྱིར་བའི་ནུས་པ་དང་བྲམ་བ་ཡིན་པར་ནི་བསམ་པར་མི་བྱ་སྟེ།

[illegible]



རྒྱལ་དུ་དེའི་ཕྱིང་གི་ཆ་ཉིད་ལ་དེའི་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་གྱི། རོན་གྲང་ཐམས་ཀྱི་  
 ཅད་ལ་སྒོལ་ཆགས་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། གཤམ་དེ་ཅི་ལྟར་རྟོགས་པར་  
 འགྲུང་ཞེ་ན། སྤྱིང་དང་པར་དང་འཇོག་དང་། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོ་སོ།  
 དེ་ལས་ཅིར་འགྲུང་ཞེ་ན། རྒྱུ་བྱེད་པར་མདན་ལ་འདྲེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 སྟོ་སོ་པ་ལ། བྱེད་པར་མེད་ན་ཞེས་བྱ་བའི་རང་བཞིན་མཚན་སྟངས་པ་ལ་སོགས་ཀྱི་  
 པ་སོ། རྒྱལ་མ་ནི་རྒྱ་གང་སྒོལ་ཆགས་དང་ལྟན་པ་ཉིད་དུ་གྲུང་བའོ། སྤྱིང་  
 ལ་ལ་ན་སྒོལ་ཆགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་སྒོལ་ཆགས་དང་ལྟན་པ་འོ། ཉི་པར་བཞོན་  
 པ་མཚན་སྟངས་མ་མ་ཡིན་པ་ནི་སྟོས་མཐེན་པེ་དང་དེའི་ལྟན་ཅིག་མཚན་སྟངས་པ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། རོན་གཞན་དུ་གྲུང་བ་ནི་རང་ལས་སོ། རྒྱུ་བྱེད་ཆོས་ནི་  
 རྒྱུ་བྱེད་སྒོལ་ཆགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། འབྲས་བྱེད་མེད་པའི་  
 རང་རྒྱལ་ཅན་ནི་རྒྱུ་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་འབྲས་བྱེད་པའི་རང་རྒྱལ་ཅན་ནོ། དེ་  
 ལྟར་ན་འདིར་རྒྱུ་བྱེད་པ་དང་རྒྱུ་བྱེད་པའི་རྒྱུ་བྱེད་པ་འདི་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཐ་དད་པའི་རིགས་ཀྱི་  
 པ་ཡིན་ནོ། སེམས་ཉིད་ལ་མིང་ངོ་ཞེས་བཞུགས་པའི་ཕྱིར་སེམས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་སྟོས་དེ། དེ་ལྟར་སེམས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བྱེད་ཅན་གྲང་མ་ཡིན་དེ།  
 སེམས་ནི་འབྲུང་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཉིད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཐ་དད་པ་མེད་  
 པ་ལ་ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱེད་དང་སྟངས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ལྟར་ན་སེམས་  
 ཀྱི་འབྲས་བྱེད་ཅན་གྲང་ཅན་གྲང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། འབྲུང་བ་དག་གིས་སེམས་ལ་  
 རྒྱང་ཅན་གྲང་བྱུང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཐ་དད་པ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཅི་  
 རྟེན་རྒྱུ་བྱེད་པ་དང་འབྲས་བྱེད་པར་འབྲས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཉིད་ཅན་གྱི་སེམས་ཉིད་ཀྱི་སྟངས་ལ་སོགས་ཀྱི་  
 པའི་འབྲུང་བའི་རང་བཞིན་རྒྱུར་གྲུང་བའི་རྒྱུ་བྱེད་པ་ཡོད་པ་འོ། ཅི་ལྟེ་འབྲུང་བ་རྟམས་

གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སེམས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཞེས་ནི་མི་བརྗོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་སེམས་  
 ཉིད་རྒྱས་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་འབྱུང་བ་ནམས་ཀྱི་ཡིན་ནོ། དེའི་ཆེ་འབྱུང་བ་དག་  
 ལ་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ན་གྲུབ་པའི་མཐའ་སྒྲུབ་པའི་འོ། ཆོས་གཞན་  
 སྤོང་བའི་སྒྲོ་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་བྱས་པ་ཉིད་ལས་ནམ་པར་བཅད་པའི་སྒྲོ་ནས་སོ། །  
 དེའི་རང་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲུབ་པར་བཞིན་ནོ། དེ་ནི་སྒྲོ་ཐ་དད་པས་བརྒྱུད་  
 པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། འདི་ལྟར་སེམས་ཉིད་ནི་རང་  
 གཤིས་ཀྱི་རང་རིག་པས་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོར་གཞུང་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཞིང་།  
 ས་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ནི་སྤྱི་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོར་གྲུད་གཞན་དུ་སྒྲེས་མངོན་  
 སྒྲུབ་དུ་བྱེད་འོ། དེ་ལྟར་ན་འབྱུང་བ་དང་སེམས་དང་ནི་ཐ་དད་པ་ཁོ་ནར་འབྱུར་  
 འོ། ། དེ་ལྟར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲོ་ཐ་དད་པས་གཞུང་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཐ་དད་པ་ཡིན་ན། རྒྱས་པ་དང་རྒྱས་པ་དང་ལྡན་པའི་ནམ་པར་རྟོག་པས་ནི་  
 མ་ཡིན་དེ། དེ་ནི་ཐ་དད་པ་མེད་པར་བཞག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འོ། འདི་  
 ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་ཕྱོགས་ལ་འོ། དགག་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་  
 པར་བཤད་ཟིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། སེམས་ཉིད་ལ་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་དགག་པར་བྱའོ་ཞེས་སྤར་བཤད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འོ། ཡོན་དན་ལ་སོགས་  
 པའི་ངོ་བོ་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུས་ནི་འབྲས་བུའི་ངོ་བོ་ཡིད་ཀྱི་སྒྲོ་  
 བརྒྱུད་འོ། མངལ་ལ་སོགས་པར་དང་བོར་ཉིང་མཚམས་སྒྲོར་བ་ན་དེ་ཉིད་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་འོ། དེ་སྤང་དུ་ཆད་དང་མཚམས་སྒྲོར་འདོད་ཆགས་བཤ། ཉམས་  
 དང་འཆི་འཕོ་སྒྲེ་བ་ནམས། ཡིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་ཁོ་ནར་འདོད་ཅེས་བཤད་པ་  
 ཡིན་ནོ། གཞན་པ་ནི་དབང་བོ་ནམས་ཀྱི་འབྱུར་བའོ། དེ་ལྟར་ན་མིག་ལ་

སོགས་པར་འགྱུར་བ་ན་ཡོད། ཇི་ལྟར་ཡུར་ནས་པར་རྟོག་པའི་སྒོ་སྒྲེ་བ་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། མིག་ལ་གཞོན་བ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་གཞན་གྱི་རོགས་བ་  
 སེལ་བར་བྱེད་དོ། དེ་ཡང་བྱ་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་གྱིས་དབང་བོ་  
 ལ་གཞོན་བ་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡུལ་གྱི་སྒོ་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་...  
 འགྱུར་བ་ཡོད་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། དེ་སྐད་དུ་དབང་བོ་འགྱུར་བའི་  
 སྒོ་ནས་དངོས་སུ་ཡིད་ཀྱི་སྒོ་འགྱུར་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་གྱི། སྐད་པས་ཡིད་  
 གཏུང་བ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན། དོན་འདི་བརྗོད་  
 བར་འདོད་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བསྟན་པར་ལགྱུར་དོ། དེ་ལྟར་ན་ཡུར་  
 དབང་བོ་འི་ནས་པར་ཤེས་པ་ཉིད་འགྱུར་བ་སྒྲེ་ཞིང་། སྤྱིས་བརྟུན་པས་ནས་པར་  
 རྟོག་པ་ཉིད་གཏུང་བ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་  
 བའི་འགྱུར་བས་ཡིད་ཀྱི་སྒོ་ལྷན་ལ་རྟེན་བ་རིགས་པ་མ་ཡིན་དེ། སྒྲིབ་པ་ལ་  
 ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དོ། དེས་པར་རྟོག་པ་ནི་ནས་པར་རྟོག་པ་དང་  
 བཅས་པའི་ནས་པར་ཤེས་པའོ། སྤོབས་ཀྱི་ཆོས་སྒྲོང་བ་བྱས་ནས། ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་ཉེ་བར་མཚན་བ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་ན་དབང་སྒོང་བ་དང་སྐྱབ་པར་བྱ་  
 བའི་ཆོས་སྒྲོང་བར་བྱས་ནས་སོ། གང་ན་བ་འགྱུར་བའི་ཇེས་སུ་མི་བྱེད་པ་དེ་ནི་  
 ན་བ་ལ་རྟེན་བ་མ་ཡིན་དེ། དབང་ན་མིག་གི་ནས་པར་ཤེས་པ་ལྟ་བུའོ། དེས་  
 བར་རྟོག་པའི་ཤེས་པ་ཡང་ན་བ་འགྱུར་བའི་ཇེས་སུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་བརྗོད་པར་བྱའོ། ཇི་ལྟར་དབང་བོ་ཡོད་ན་ཡོད་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་  
 ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཇི་ལྟར་དབང་བོ་དང་བཅས་པ་ཅན་གྱི་ལྷན་ཉིད་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྒོ་ཡོད་...  
 བ་ཡིན་གྱི། དབང་བོ་མེད་པ་ཅན་གྱི་སྐྱོད་དང་སེན་མོ་ལ་སོགས་པ་ལ་མེད་དོ། །

དེ་ལྟར་ཡོད་ཡོད་ན་ཡོད་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་ཉིད་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ལྷན་གྱིས་  
 བ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ལ་དབང་པོ་རྣམས་ཡོད་ཀྱི་ཤེས་པ་དང་བྲལ་བ་ལ་ནི་མ་ཡིན་་་  
 ནོ། །དེ་ནི་དབང་པོ་ཡོད་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་ཉིད་བསལ་བའི་བྱིང་། གཞན་  
 ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེས་ཏེ། ཚོར་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ནད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་  
 གང་གིས་ལྷན་བྲལ་བ་ཅན་གྱི་ལྷན་ཀྱི་བྱི་དང་ནང་གི་དབང་པོ་རྣམས་པར་འགྱུར་་་  
 རོ། །སོགས་པའི་སྒྲུས་ནི་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་པའི་རྒྱ་གར་ངོམ་  
 གནས་པའི་རྟེན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་ནག་གྱི་མའི་རྒྱ་མ་མ་ཡིན་ནོ། །དབང་པོ་རྣམས་  
 ཅན་ལོག་པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་ནི་ཤི་བའི་ལྷན་ལ་བཟོས་ནས་འཇུག་པ་་་  
 ཡིན་ནོ། །ཚོར་བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་དུས་ན་ཡང་དབང་པོ་ལྟ་ཡོད་ན་ཡང་  
 ཡོད་ཀྱི་སྟོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཞེས་བཤད་དོ། །བདེན་ལ་གཞན་པའི་རྩིས་སུ་བྱེད་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་འགྱུར་བ་ན་རྣམས་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་རྟེན་ཉིད་  
 གྲུབ་པ་ན་དེ་བརྒྱུག་པ་ཡང་གྲུབ་པར་འགྱུར་དོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཅི་ཉི་བར་  
 ལེན་པ་དང་བྲལ་བས་ཤི་བའི་ལྷན་ལ་སྟོ་མི་སྟོ་བ་འཇུག་ ཅི་མིག་ལ་སོགས་  
 བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བར་འགྱུར་དོ། །དེ་ཉིད་ཅི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་དེ་  
 ལོག་དུ་ཟན་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེས་སོ། །དེ་ནི་རྟེན་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་ཡོད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ནི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བར་སྒྱུར་  
 རོ། །གཞན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབང་པོ་མེད་པ་ཅན་གྱི་ལྷན་སམ་བཤག་གས་  
 དབང་ཕུག་ལ་སོགས་པ་སྟེ། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་སྒྲུ་དང་མེན་མོ་འེ་མོ་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་སྟོ་སྟེད་པའི་ཕྱིར་དང་རྒྱ་དག་པ་ཉིད་ནི་བཀག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 དེ་ལྟར་འགྱུར་བ་རྣམས་ནི་སྟོ་འེ་རྟེན་མ་ཡིན་ཏེ། དབང་པོ་དང་བཅས་པ་དང་

དབང་པོ་མེད་པ་ཅན་གྱི་གནས་སྐབས་གཉི་ག་དག་གྲང་མི་རྒྱུ་བའི་སྤྱིར་རོ། །གང་  
 ཞིག་གང་གི་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཉིད་ཀྱི་སློང་ནས་སྤྱོད་  
 པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་དེ། དཔེར་ན་མིག་ནི་རྣ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཇི་  
 སྐད་ཏུ་བཤད་པའི་རྣམ་པར་འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་ཀྱི་སློང་འི་དེན་ཏུ་འགྱུར་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་བར་བྱེད་པ་འགམ་བ་དམིགས་པའོ། །སློབ་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་དེ། རྒྱ་མེད་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ནི་  
 དཔེ་ཏུ་ཡོད་པ་འཇམ་མེད་པར་འབྱུར། ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྒྱ་མེད་པར་འབྲས་བྱ་  
 སློབ་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་རྒྱས་པར་འོག་ནས་སློབ་པར་འབྱུར་རོ། །  
 དེའི་སྤྱིར་སློང་ཉིད་སློང་འི་ཉེ་བར་ལེན་པ་མིན་པར་བརྟན་པའི་སྤྱིར། སྤྱིས་ཀྱི་  
 སློང་དུ་གྱུབ་པར་འབྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སློབ་དེ། སྤྱིས་ཀྱི་སློང་དུ་གྱུབ་པར་  
 བྱས་པའི་མཚན་ཉིད་བཤམ་ཆགས་གང་ལ་ཡོད་པ་དང་། རྟེན་འོ་བོ་སྤྱི་རང་  
 བཞིན་སློང་ལ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །སྤྱོད་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་ལ། སྤྱོད་པ་དང་བོ་ནི་ཚིས་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ལ། གཉིས་  
 པ་ཡི་ནི་འབྲས་བྱ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེད་པར་རོ། །སྤྱིས་ཀྱང་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་འཆི་བའི་དུས་ནའོ། །ཕན་ཚུན་ཇིས་སྤྱོད་པ་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པས་ནི། འདི་ལྟ་སྤྱོད་པར་བོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་དང་། རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ལྟ་གཉིས་ནི་ཕན་ཚུན་ས་ཤིན་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཚིས་མེད་པ་ལས་གསུངས་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་དཔེར་བོ་རྣམས་དེན་ཉིད་ཡིན་པ་འགོག་པ་ལ་  
 ཇིས་སྤྱོད་པལ་པ་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གཞི་བར་འབྱུར་བ་སྤེ། ལུང་  
 དང་འགལ་བར་འབྱུར་རོ། །འགལ་བ་ཅན་ཉིད་གཞི་བར་བཤད་ཀྱི་དུ་ལྟ་

མ་ཡིན་ན་དབང་བོའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞུགས་པའི་རྗེས་སུ་དབག་པ་ལ་ཇི་ལྟར་ན་ལྟར་  
 གིས་གཞོད་པར་འགྱུར་རོ། དེ་བས་ན་ཚད་མེད་དང་འགལ་པ་གསུང་པ་ཅན་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བཅོམ་ཐུན་འདས་ནི་ཚད་མར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་སྟུང་ཏུ་སེམས་སོ།  
 ལུས་ལ་རྟེན་པའི་ཡུལ་དག་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབང་བོ་དང་བཅས་པ་མི་ཡུལ་ས་.....  
 རྣམ་པར་གཤམ་པའི་དྲི་དང་རོ་དང་རིག་བྱ་ལ་སོགས་དག་གིས་སོ། གཞན་  
 དག་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞོད་པ་ཉིད་པ་དག་གིས་སོ། དབང་བོ་དང་རྣམ་པར་  
 བེས་པ་དང་བཅས་པ་ཅན་གྱི་ལུས་ཀྱི་ལུས་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། མི་འདོད་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིགས་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལ་སོགས་པའོ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་རྒྱ་  
 མེད་པ་ཅན་དུ་ཐལ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ན་རྒྱ་གོ་རིམ་མེད་པ་ཅན་ལས་འབྲས་བྱ་གོ་  
 རིམ་དང་ཐུན་པ་འབྱུང་ན་རྒྱའི་ཚོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཉིད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འབྲས་བྱ་རྒྱ་  
 མེད་པ་ཅན་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། རྒྱ་མེད་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ན་རང་དབང་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
 པའི་ཕྱིར་ལུས་མ་གཏོགས་པར་གཞན་ལ་ཡང་རྣམ་པར་བེས་པ་ཡོད་པར་ཐམ་པར་  
 འགྱུར་རོ། གང་ཡང་དག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེ་བྲག་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་  
 རྒྱལ་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བྱེད་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་དུ་འདོད་པའོ།  
 འདིས་ནི་འདི་སྐད་དུ་རི་ཞིག་གཞུང་དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནེ། ཚད་མ་དང་  
 འགལ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། འདི་ལས་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་སྦྱོར་བའི་གཞུང་འདི་  
 ནི་གིན་དུ་དམན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པར་འགྱུར་རོ། ལུས་ལས་རིམ་བཞིན་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུས་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྒྲི་སྒྲེ་བར་འགྱུར་ན། ཞེས་བྱ་བའི་  
 རོན་ནོ། ལུས་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ལས་འོངས་པའི་ལྷ་པ་ཡིན་ནེ།  
 རབ་དུ་སྒྲེ་བ་བཟོད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། རྒྱེ་བར་འདོད་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ཞེས་

བྱ་བ་ནི་ཐོ་འི་དབང་པོ་འི་ཚོགས་ཀྱི་འོ། ། ལྷ་མཐོང་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 ཐོ་འི་དབང་པོ་འི་ཚོགས་ཇི་ཅམ་པ་འཚོ་བའི་གནས་སྐབས་ན་ལྷ་ཉིད་དུ་མཐོང་ངོ་། །  
 བམས་ཅད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ད་ནི་ཕྱིས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འཆད་བར་བྱེད་ངོ་། །  
 འདིའི་པ་ཤད་པ་ཕྱི་མ་ནི་འཆི་བའི་འོག་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ལོ། ། ལྷ་མཐོང་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་ཕྱིས་ཀྱང་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་ངེས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན།  
 དེའི་ཕྱིར་ཉིང་མཚམས་སྟེར་བར་ཡང་རྣམ་པ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་དེ།  
 ལྷ་མཐོང་ཉིང་མཚམས་སྟེར་བའི་རྣམ་པ་ཉིད་དང་ལྷ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ངོ་། །  
 དེ་ལྷ་ཉིད་ཡིན་ན་གལ་དེ་དེ་ཕྱིས་ཀྱང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཅི་དེ་ཕྱིར་རྒྱར་མི་འགྲུར།  
 གལ་དེ་ཉིང་མཚམས་སྟེར་བར་རྣམ་པ་ཉིད་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཕྱིས་ཀྱང་མ་  
 ཚང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་དེ། ཕྱིས་ཀྱང་ཐོ་ལ་སོགས་པ་བདག་  
 དུ་ཆགས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དེ་འདྲ་བ་ཉིད་ཡིན་ལོ། ། ཕྱིས་ཀྱང་མ་ཚང་བ་  
 མེད་པ་ཉིད་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་གྲུབ་པའི་མཐའ་སྐྱབ་པའི་གཞན་ལ་རྒྱ་མཚན་ཅིས་ཀྱང་སྟོན་  
 པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་འདྲི་བར་བྱེད་པའོ། ། མ་འོངས་པའི་སྟོ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཚོགས་ནི་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིང་མཚམས་སྟེར་བ་མེད་པ་ནི་འཆི་  
 པའི་སེམས་ཀྱི་དེ་མ་ཐག་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའོ། ། འགལ་བ་དེ་སོགས་པ་ལྟར་བཅས་  
 པ་ཡིན་ལོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཆི་བའི་སེམས་གཞན་དང་ཉིང་མཚམས་སྟེར་བ་  
 ལ་འགལ་བ་མེད་དུ་ཟེན་ཀྱང་། འགལ་བ་ཉིད་དུ་འཇོག་པའི་ཕྱིར་ངོ་། །  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དག་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་སེམས་  
 གཞན་དང་ཉིང་མཚམས་སྟེར་བ་དང་། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་འཆི་བའི་སེམས་  
 ཉིད་ལ་འོ། ། སེམས་གཞན་ལ་ཉིང་མཚམས་སྟེར་བ་མེད་པ་ནི་གཞན་

ལྷི་བརྒྱུ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནམ། ཉིང་མཚམས་སྤྱོད་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེན།  
 སྤྱོད་པར་མེད་དེ་མེད་དེ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚུལ་འདྲིས་བརྒྱུ་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 ལྷི་མ། བརྒྱུ་པར་བྱ་བ་བཟུན་དེ། སྤྱོད་བ་དང་དགག་བ་དགག་གིས་  
 དངོས་པོ་ཉིད་སྤྱོད་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ལྷི་པོ། ཡང་ན་ལྷི་གོམ་བ་ལ་བརྟེས་  
 བས་བརྒྱུ་པར་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། འགལ་བ་ནམ་པ་གཉི་ག་  
 ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱན་ཅིག་གི་གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དང་། བན་ཚུན་  
 སྤངས་དེ་གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ནོ། དག་བཅོམ་སེམས་གང་ཡིན།  
 དེ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཆི་བའི་སེམས་སོ། མཚམས་སྤྱོད་བ་མེད་བ་ནི་འདྲི་  
 སྤྱོད་ཅིག་མ་ལྷི་མ་དང་། མཚམས་སྤྱོད་བ་མེད་བ་དེ་རྩེད་ན་མཚམས་སྤྱོད་བ་  
 མེད་པའོ། བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་ཐུན་པ། སེམས་ཅན་གཞན་གྱིས་བགྱི་  
 མིན་མ། བདེ་སྤྱལ་དེར་འཕྱོམ་འདྲོད་པས་ན། དཔེན་པའི་གནས་ནི་ཡོངས་  
 སྤྱི་ཡིན། ཞེས་འཆད་པར་འགྲུར་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྤྱིད་བ་གཞན་དུ་ཉིང་  
 མཚམས་སྤྱོད་བ་ཆགས་པས་འཕངས་བ་ཉིད་ཡིན་པར་བཟུན་པར་འགྲུར་པོ།  
 བདག་ལ་ཆགས་པ་དེ་ཡང་དག་བཅོམ་བ་ལ་ཡོད་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་རྩེད་ན་སྤྱི་མི་  
 དཔེགས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། བདག་དུ་ཆགས་པ་ལ་སེམས་པ་སྤངས་པ་  
 ཡང་སྤྱུང་སེམས་པའི་ཚད་མ་ལས་ལྷ་བ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་ལས་ན་ཆད་མ་ཅིས་  
 ལྷ་བ་ན་ཞེས་ཅིའི་ལྷི་པ་རྫོང་ཅེ་ན། འདྲི་སྤྱུང་དུ་གཞན་གྱི་ཉིང་སྤངས་པ་  
 མ་ཡིན་ལ། སེམས་ལེན་ན་ནི་བདག་དུ་ཆགས་པ་སྤངས་པ་ཅན་དག་འཆི་བའི་  
 རོག་དུ་ཉིང་མཚམས་སྤྱོད་བར་མི་འགྲུར་བ་ལྷ་བ་པ་ཡིན་ནོ། དེ་བས་ན་གཞན་  
 གྱིས་སེམས་མ་སྤངས་པ་སེམས་སྤངས་ནས་བརྟེན་པ་ཡིན་པར་དགོངས་སོ། ཚད་



མས་མ་གྲུབ་དོན་ཅན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། ། གཞན་གྱི་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དགྲ་བཅོམ་པ་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཀྱི་ཡང་ངོ་། ། དེ་མེད་ན་ཡོད་  
 པ་དེ་ནི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་པ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་བ་ནི་  
 དེའི་འབྲས་བུ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན། བྱུང་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པ་  
 ཡིན་ནོ། ། གང་དེ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་དང་བྲལ་བ་ལོ། ། ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་  
 པར་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དགྲ་བཅོམ་པའི་འཛིན་པའི་སེམས་དང་ལམ་པོ་མེད་  
 གྱིས་བྱའི་འཛིན་པའི་སེམས་བྱུང་པར་མེད་པར་རྒྱ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུ་པར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་ནོ། ། གཏན་ཚིགས་འདི་ནི་ས་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲས་བུ་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་རྒྱ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ཞེས་བཤད་མ་ཐག་པ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་དག་ལོ། ། དབྱལས་འབྱུང་པ་དང་རྒྱུ་བ་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྩོམ་འབྲས་  
 བུ་ཉིད་ཀྱི་ས་གྲུབ་པ་འཇམ། དེ་དང་བྲལ་པས་རྒྱ་དང་བྲལ་བ་དེ་ཉིད་ནི་འདི་ལྟར་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་སོ། ། དེ་རྩོམ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔང་པོའི་ནམ་པར་གཤམ་  
 པ་བཞིན་ནོ། ། འབྱུང་བ་ནི་ནམ་པ་གཞན་ཀྱི་ཡུར་པ་ཉིད་དོ། ། ཉམས་པ་ནི་  
 ཞིག་པ་ལོ། ། འབྱུང་བ་དང་ཉམས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམས་དབྱེ་བ་ལོ། ། ཀུན་  
 ལས་ཀྱང་ནི་མ་ཡིན། དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔང་པོའི་ཚིགས་ཀུན་ལས་སོ། །  
 རྩོམ་མེད་པའི་རྒྱ་ནི་འཆད་པར་འབྱུང་པོ། ། བེས་སྤྱོད་རྣམས་པ་ཐ་དང་སྤྱིར་  
 ཞེས་བྱ་བ་དེ་དང་ཐག་ཉིད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཀྱང་གི་རྒྱ་བརྟེན་པར་བྱ་སྟེ། རིས་པ་བཞིན་  
 རྒྱུར་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་པོ། ། དེས་ནི་འདི་ནི་གཏན་ཚིགས་གཞན་སྤྱིར་  
 པའི་དོན་ཡིན་དེ་ཀྱང་གི་རྒྱས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། ། འབྱུང་  
 པ་མེད་པ་ལས་སྤྱ་གྲུ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དཔེར་ན་འབྱུང་

བ་མན་ཚུན་རྩྭ་ཅིག་ ཉིད་པ་ ཉིད་ཀྱི་མཛེན་པར་འདོད་ བ་རྣམས་ གཅིག་ཉམས་ན།  
 ཡོད་པ་ མ་ཡིན་པ་དང་མིག་ལ་སོགས་ བ་གང་ཡང་རྒྱང་བ་ཉམས་ན་ཤེས་པ་མེད་པ་དེ་  
 དང་འདྲའོ། ། ཤེས་སྐྱེད་རྣམས་པ་ཐ་དང་ཕྱིར། ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར་  
 མིག་གི་དབང་པོ་གཞུགས་ལ་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་སྐྱེད་པར་རྣམས་.....  
 པ་ཉིད་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་སྒྲུབ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་སྐྱེད་པར་  
 རྣམས་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཞོ། དེ་བཞིན་ཀྱང་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་རང་གི་ཡུལ་  
 ཅན་གྱི་ཤེས་པ་སྐྱེད་པར་རྣམས་པར་རིགས་པ་ཡིན་ཞོ། རྣམས་པ་མི་ཁྱད་པར་སོ་  
 སོར་ངེས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཉིད་ཀྱི་དོག་པ་དང་ཡིད་གྱི་རྣམས་པར་  
 ཤེས་པ་དོག་པ་དང་བཅས་པ་དོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཀྱང་རབ་ཀྱིས་གྲགས་པ་ཡིན་ཞོ།  
 དབང་པོ་ལས་དངོས་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ན་མི། ཡུལ་ཐམས་ཅད་ལ་གསལ་བར་སྒྲུབ་  
 བ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་འགྲུར་རོ། དེ་བ་ན་ཡིད་གྱི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་དབང་པོ་གཅིག་  
 གི་སྒྲོན་སྒྲུབ་ཅིག་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་། བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཁྲོགས་པ་ཡིན་  
 བ་དེ་ལྟར་ན། དབང་པོ་གཞན་དོག་པ་དོན་མེད་པར་འགྲུར་རོ། དེ་ཉིད་  
 ཉི་དེ་སྐད་ཀྱི་གལ་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་སྒྲོན་པར་བྱེད་དོ། དབང་པོ་འདི་  
 ཚོགས་མ་ཡུས་པ་ལས་སྐྱེད་པར་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་འདི་དེ་དབང་པོ་གཅིག་གི་སྒྲོ་  
 ལས་སྐྱེད་པ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་ནས། དེ་ན་དབང་པོ་གཅིག་གིས་སྐྱེད་པས་ཡུལ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཅི་དེ་སྤྱིར་བཏོན་ཅེ་ན། འདི་རྣམས་ཀྱི་  
 ཀྱན་ལས་སྐྱེད་པ་ཡང་ཁས་སྒྲུབ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་མ་ཡིན་ན་དབང་པོ་གཅིག་  
 མེད་ན་ཡང་སྐྱེད་པར་མི་འགྲུར་ན་མཐོང་ངོ་ཞེས་དངོས་སོ། གཞན་རྣམས་ནི་  
 མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིག་གི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་འོ། ཡིད་

ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དོག་པ་དང་བཅས་པ་དེ་ཡང་གང་གི་ཆོ་མིག་གི་དབང་པོ་འི་རྒྱ་  
 གས་སྤྱོད་པ་དེའི་ཆོ། ། གཞུགས་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་དང་། རྣ་བའི་དབང་པོ་འི་  
 རྒྱ་ལས་སྤྱོད་པ་ཉི་ལྔ་ཡུལ་ཅན་དང་། དེ་བཞིན་དུ་དབང་པོ་གཞན་གྱི་རྣམས་ཀྱིས་  
 རྒྱ་པ་ན་དེ་དང་རྒྱས་མཐུན་པའི་ཡིན་ནོ། ། དེ་བས་ན་དབང་པོ་གཞན་མེད་པའི་  
 རྒྱ་ན་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་རྣམ་དུ་སེམས་སོ། ། དེའི་རྒྱ་དང་འདྲ་བར་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་དབང་པོ་འི་རྒྱ་དང་འདྲ་བར་རོ། ། ད་བས་ན་གསལ་བར་སྤང་བ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་དོག་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དགོངས་སོ། །  
 མ་ཆོད་པའི་ཡུལ་དང་རྣམ་ཅིག་རྒྱང་བའི་ཡུལ་ན་གནས་པའོ། ། སོགས་  
 པའི་རྒྱས་ནི་མ་ཆོད་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱུད་ངོ། ། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་དེ་མ་བརྩོས་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དབང་པོ་དང་ཡུལ་ཆོད་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་བརྩོས་པ་མེད་པ་ཡིན་དེ། ཆོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་ན་ཡང་རྒྱ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དེན་ཉིད་ལ་སེམས་དང་བཅས་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་བྱུང་པ་ཡིན་ལ་དེ་ལ་ཡང་དེ་དང་འགལ་བའི་སེམས་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་  
 ཅ་བྱུང་བར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དེ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། ། སེམས་དང་སེམས་མེད་  
 པའི་ཉེ་བར་མེན་པའི་ངོ་ངོས་འཁལ་བར་བརྒྱུག་པ་ན་གཞན་པ་ཅན་གྱི་ཆད་མ་ཡིན་  
 ནོ། ། དེ་བས་ན་ཐོག་པ་ཐེ་ཆོས་ཟ་བ་མ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ཡང་འོག་ནས་  
 རྒྱ་དུ་པར་འགྱུར་རོ། ། མིང་དང་གཞུགས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་མིང་ནི་སེམས་དང་  
 སེམས་ལས་བྱུང་བའོ། ། གཞུགས་ནི་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་སོ། ། དེས་  
 པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབང་པོ་རྣམས་པན་ཚུན་མ་ཆོད་པ་ཕྱིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 འདིས་ནི་འདི་སྐད་དུ་རྣམ་ཅིག་གནས་པ་ཅས་ནི་གདན་ཆོགས་མ་ཡིན་གྱི། འོན་

ཀྱང་ངེས་པ་ཡིན་དེ་དེ་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ལ་འཇུག་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དོ། མ་  
 ངེས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཟློད་དེ། དེ་ནི་གཞན་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་ལ་དེ་ནི་རྩོན་ཅིག་གནས་པ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་དོ། གཞན་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་ཕྱས་དང་དབང་བོ་དག་ལ་ཡང་དོ། འདི་ལས་གཞུགས་དང་བྲལ་བ་ལས་  
 གཞུགས་མེད་པ་ལྟེ་གཞུགས་མེད་པའི་ཁམས་ཞེས་གང་རབ་དུ་གྲགས་པའོ། དེར་  
 གཞུགས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་སྦྱེ་བར་འགྱུར་དོ། དེ་བས་ན་གཞུགས་  
 འཕེན་པར་བྱེད་པའི་ལས་མེད་པའི་སྤྱིར་ཕྱས་དང་དབང་བོ་མེད་པར་ཡང་ཡིད་ཀྱི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། འགའ་ཞིག་གི་ཆོ་གཞན་དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་  
 པའི་ཁམས་ངེད་ལ་མ་གྲུབ་བོ་ཞེས་ཟེར་ན། དེའི་སྤྱིར་དཔེ་གཞན་ནི་དེ་  
 ལྟར་ན་འདི་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་དེ། གཏན་ཆོགས་འདི་མ་གྲུབ་  
 བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ངེས་པ་དང་རྩོན་ཅིག་གནས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་.....  
 འདིའི་འོ། གཏན་ཆོགས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདི་ལྟར་དབང་བོ་  
 དང་བཅས་པའི་ཕྱས་འགྱུར་བའི་སྒོ་ནས་དངོས་སུ་འགྱུར་བ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་དུ་གཞུང་  
 བ་ཡིན་གྱི། རྣམ་པ་ཐེ་ལྟར་ཡང་བྱང་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། དབང་བོ་འགྱུར་  
 བའི་སྒོ་ནས་དངོས་སུ་ཡིད་ཀྱི་སྒོ་འགྱུར་བ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཐུར་བསྟན་ཟེན་དོ། དེ་  
 ཉིད་ནི་འདི་ལྟར་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། ཅེ་སྟེ་  
 རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་དེ་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་གཞུང་བར་འདོད་དོ་ཞེ་ན། དེའི་  
 སྤྱིར་ཕན་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཟློད་དོ། སོ་བུར་བ་  
 ལས་སྦྱས་པའི་ཡོན་ཏན་ནི་སོ་བུར་བར་བྱ་བའི་ཇས་ཀྱི་དེ་ན་ཅན་གཞུགས་ལ་སོགས་  
 པའོ། མེ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྟ་བུའོ། འདིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཞིག་

ཡོད་ཉིད་མན་འདོགས་བྱེད་ཅེས་བྱ་བའི་རྟོགས་སྤྱ་བཅད་བའི་ཆ་འདིས་སོ། དེ་ནི་  
 འདིར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་བོ་ལ་རྒྱ་ལ་སྤར་འབྲུང་བ་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ་འཕམ་  
 རེ་དང་རྩལ་ཅིག་འབྲུང་བ་ཅན་ནས། གང་གྱིས་འབྲུང་བ་ཅན་དེ་ལ་རྒྱུའི་སྐད་  
 ཅིག་མས་ཆོད་བ་སྐད་ཅིག་མ་གསུམ་པ་ལ་སོགས་པར་འབྲུང་བ་ཅན་ནས། ཡང་  
 བ་རྒྱུའི་སྐད་ཅིག་མས་མ་ཆོད་བ་སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་པར་ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་ཐག་ཉི་བར་  
 གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དེ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་བཞིར་གྱུར་ན། དེ་ལ་  
 རེ་ཞིག་དང་བོ་དག་ནི་བསྟན་པ་ཅོས་མཛད་པ་ཉིད་ཀྱིས་གསལ་བར་གསུངས་དེ། རྒྱ་  
 ལས་སྤར་གྱུ་བ་བ་འཕམ། རེ་དང་རྩལ་ཅིག་འབྲུང་བའི་དང་རྩལ་ཅན་ནི་འབྲས་  
 བུ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གང་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ནོ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་བར་  
 མ་ལ་ཡང་འབྲས་བུ་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་ཉིད་ཏུ་འབྱུར་དེ། སྐད་ཅིག་མ་གསུམ་  
 པར་འབྲུང་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ན། ཞིག་པ་ལས་སྤེལ་བར་ཐལ་བར་འབྱུར་བའི་  
 སྤྱིར་དོ། དེ་བས་ན་འདི་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བཞི་བ་སྤྱིད་པར་འབྱུར་དོ། །  
 དེ་ལྟ་ནི་ཁང་ཁོ་ནས་སྐད་ཅིག་མ་དང་བོ་ལ་རྒྱ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ་གཉིས་པ་ལ་.....  
 འབྲས་བུ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱ་མ་ཞིག་པ་ལས་འབྲས་བུ་སྤེལ་པ་ཡན་དེ། སྐད་  
 ཅིག་མ་དང་བོ་ལ་རྒྱ་མ་ཞིག་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་དོ། དེ་ལྟར་ན་རྒྱ་ཡོད་པ་སྤོན་ཏུ་  
 སོང་བ་ཅན་འབྲས་བུའི་ཡོད་པ་ཡིན་པར་འབྱུར་དེ། དཔེར་ན་ཞིག་ནས་མེད་  
 བ་སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་ལ་རྣམ་པར་འདོག་པ་ན་ཡང་མེད་པ་སྤོན་ཏུ་སོང་བ་ཅན་སྤྱི་  
 ཡིན་པ་ལྟ་བུ་འོ། དེ་ཉིད་ནི་འོ་ན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱ་ཡོད་པ་ཉིད་ཉི་བ་  
 ལས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤོན་པར་བྱེད་དོ། དུས་ལྔ་མ་ཅན་དང་རྩལ་ཅིག་  
 འབྲུང་བའི་དང་རྩལ་ཅན་གྱི་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་འབྲས་བུ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་

རྩལ་པ་ཉི་འབྲས་བྱ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྟོ།  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་ལས་ལྷན་འབྲུང་བ་ཅན་ནི་སྤྱིར་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུང་བ་དང་། རྩལ་  
 ཅིག་འབྲུང་བ་ཅན་ཡིང་རྒྱ་དང་རྒྱ་མཉམ་དུ་སྤྱུང་བ་ཡིན་དེ། སྤྱུང་བ་ལ་  
 རྩལ་ཞིག་ཀྱང་བྱུང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། སྤྱུང་བ་དང་སྤྱུང་བ་མེད་པའི་རྒྱ་ན་  
 དག་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཉིད་རང་ལེན་པའི་རྒྱ་ནི་སྤྱུང་བ་མེད་པའི་རྒྱ་ན་ནོ། རྩལ་  
 ཅིག་བྱེད་པ་ནི་སྤྱུང་བའི་རྒྱ་ན་ནོ། རྒྱ་ལེན་པ་ནི་འབྲུང་བ་དང་བྱ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་ཉིད་རང་ལེན་པ་མ་ཡིན་པར་སྤྱུང་བའི་རྒྱ་ན་མན་གདགས་པར་བྱ་བ་ཡང་ཞེས་  
 བྱ་བའི་དོན་ནི་རྒྱ་མཉམ་བྱེད་བདུན་པ་རྩོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ཡོད་ན་འདི་འབྲུང་  
 རྩལ་ཞེས་བྱ་བའི་བདུན་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ཡིན་ནོ། ཡོད་པའི་མཚན་ཉིད་  
 ཅན་བྱེད་བདུན་པ་ལ་རྒྱ་མཉམ་བྱེད་བདུན་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ལས་སྤྱི་སྤྱི་  
 བའི་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཡི་ལྷ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་སྤྱི་བས་འདི་སྤྱི་ཞེས་བསྟན་པ་འདི་  
 ལའོ། དེ་ལས་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱ་རྒྱ་པ་རྩོད་པ་ལས་ལྷ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྒྱ་  
 ཡིན་ལ། དེས་རྒྱ་ལྷ་ནས་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། སྤྱུང་བ་  
 རྩལ་བ་ཅི་ཞིག་བསྟན་པར་འབྱུང་དེ། འབྱུང་ཞིག་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། རྩལ་  
 ཅིག་འབྲུང་བ་ཅན་ཉིད་ལ་འདི་ཡོད་ན་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱ་མཉམ་བྱེད་བདུན་པ་རེས་པར་  
 གཅིག་ལ་གཞག་པར་ལུས་པ་ཡིན་དེ། ཅིག་ཅན་སྤྱི་བ་ཡིན་ན་གཅིག་རྒྱ་  
 མཉམ་ཉིད་དུ་ནས་པར་འཛིན་པར་བྱེད་པར་མེད་པའི་སྤྱིར་རྟོ། དེ་  
 བས་ན་འདི་ཡོད་ན་འདི་འབྲུང་རྩལ་བྱ་བའི་སྤྱིར་བ་ལ་ཡང་ཅིག་ཅན་གཅིག་  
 འབྲུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་འདིར་འབྱུང་རྟོ། དེ་ཉིད་ནི་དེ་བས་ན་  
 འདི་རྒྱ་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་བ་ཡིན་ནོ། དེ་རྩལ་ནི་འབྲུང་ན་

རྒྱལ་ལོ་འཕྲུང་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྐུ་དང་འབྲས་བུའི་ངོ་བོ་ཡིན་ན། རིས་པ་མེད་པར་སྐུ་  
 དང་མེད་པར་སྐུ་དང་འབྲས་བུའི་ངོ་བོ་ཡིན་ན། རིས་པ་མེད་པར་སྐུ་  
 དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་འདྲོད་པ་ཉིད་ཡིན་དེ། དཔེར་ན་སེམས་དང་  
 སེམས་ལས་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའི་ཞེས་བརྟན་པར་བྱ་བ་དེའི་ཕྱིར། བཤད་  
 ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེན་དེ། བཤད་ཆོས་ཅིག་ཉིད་སྐུ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་  
 ཀྱིས་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བར་སྐུར་དོ། སྐུ་མཚན་ཐ་དང་པས་ནམ་  
 པར་བཞག་པའི་སྐུ་དང་འབྲས་བུ་དག་ཉི་སྐུ་གཅིག་གིས་ནམ་པར་བཞག་པ་འགལ་  
 པའི་སྤྱིར་དོ། རིས་ཀྱི་འགྲོ་བའི་རིས་པ་དེ་དང་འདྲ་བ་དག་ཅི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 རྒྱ་སྤྱིར་འཕྲུང་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དག་ཞིངོ། འདི་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཛིག་  
 ཉིན་པ་དེ་ལ་ལ་ནམ་པར་སྤང་བ་ལའོ། བཀལ་དེ་འདིས་མངལ་ལ་སོགས་པར་  
 སྤང་བུས་འབའ་ཞིག་དམིགས་ལ། ཕྱིས་དེའི་ནམ་པ་ལས་སྤྱི་པའི་སྤྱོད་མཁུགས་  
 པ་དེའི་ཚོ་འདིའི་རིས་ཀྱི་འགྲོ་བ་རིས་པར་འཕྱུར་ན། ནམ་པ་འདི་མྱོད་མ་  
 ཡིན་དེ། །ཐམས་ཅད་དུ་བདག་ཉིད་མེད་པའི་སྤྱིར་དོ། རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷན་  
 རྟེན་པ་ནི་གི་བ་ལས་འཕྱུར་ཞིང་དེ་ལ་མང་འདི་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་གང་གིས་རྟེན་པ་མཐོང་བར་འཕྱུར་དོ། ཅིའི་སྤྱིར་ལྷན་དེ་  
 ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་གྱི་གི་བའི་ལྷན་ལའོ། དུས་དེར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་  
 བའི་གི་བའི་ལྷན་ཀྱི་གནས་སྤུས་ལོ། ལྷན་དེན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་བརྟེན་པ་དངོས་པོ་མཚོ་པོར་གྱུར་པས་དེན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་དེ་ག་པར་  
 བྱའོ། རྩོམ་ཉིད་ཀྱི་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཞེས་སྤྱོད་པར་འདྲོད་པ་ཉིད་ནི་  
 རྒྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྐུ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དོ། བཤད་ཞིག་ཤང་གི་འབྲས་བུ་

ཡིན་པ་ཞེས་ཀྱང་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་ལ།      མ་གྲུབ་པ་ཞེས་ཀྱང་པ་ནི་གང་  
 ཞིག་གང་གི་འབྲས་ཀྱང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་ན་འབྲས་པ་མ་ཡིན་ནེ།      དཔེར་ན་ས་  
 བོན་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་དེ་ལྟ་ཀྱང་ལྟ་བུ་ཡོ།      ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཞེས་པ་ལང་  
 དབྱུགས་འབྲུང་རྒྱུ་པ་དང་།      དང་པོ་དང་མྱོད་ཀྱི་འབྲས་ཀྱང་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཀྱང་  
 བར་མྱོད་པ་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་རོ།      གང་ཞིག་གང་གི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་  
 པ་ཞེས་ཀྱང་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཞན་གང་ཞིག་ཅེས་ཀྱང་པ་ནི་འབྲས་ཀྱང་མེད་པ་རོ།  
 གང་ལ་གང་གི་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞེས་ཀྱང་པ་ནི་འབྲས་མང་པོ་པ་རོ།      དེ་ནི་འབྲས་ཀྱང་རོ།  
 རྒྱ་མེད་པ་མ་ལྟས་པ་ཡོད་ན་འབྲས་དེ་ཞེས་ཀྱང་པ་ནི་འབྲས་པར་ཀྱང་པ་གཅིག་གོ།  
 གནས་པ་ན་ཐོག་པར་མི་འབྲས་ནེ།      ཞེས་ཀྱང་པ་ནི་གཉིས་པ་རོ།      ཡོད་  
 པ་འཇགས་པ་ན་རྒྱུད་མ་ཡོད་པ་འཇགས་པ་མེད་པ་ལྟ་བུ་དེ་ཞེས་ཀྱང་པ་ལ།  
 ཡོད་པ་ན་ཡོད་པ་འཇགས་པ་ན་ཐོག་པ་མེད་པ་ཞེས་ཀྱང་པར་སྐྱར་པར་བྱ་རོ།  
 འབྲས་པར་ཀྱང་པ་གཉིས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་པ་དམིགས་པ་རོ།  
 ཞེས་ཀྱང་པ་ནི་འབྲས་ཀྱང་ཐོག་པ་ལ་རྒྱ་ཐོག་པ་ལ་རྒྱ་ཐོག་པས་ཁྱབ་པ་རོ།      དེ་དང་  
 འགལ་པ་ནི་རྒྱ་མ་ཡོག་པ་རོ།      གཏན་མིགས་རྒྱ་མ་མི་ཞེས་ཀྱང་པ་ལ་སོགས་པས་  
 གཞན་གྱི་པས་མ་པའི་དོགས་པ་པས་པ་ཡིན་ནོ་གཏན་མིགས་རྒྱ་མ་མི་གང་ཞིག་གང་  
 གི་མོ།      རྒྱ་མིགས་པ་ཅན་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེའི་མོ་ཡོད་པར་འབྲས་དེ་ཞེས་ཀྱང་པ་  
 ལ་སོགས་པ་རོ།      འདི་ནི་སྐུ་པ་ལ་སྐུ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཀྱང་པ་འདི་དང་སྐུ་  
 རོ།      །གལ་དེ་དེ་རྒྱུར་ཡིན་ཞེ་ན།      གསེན་པའི་ལྷས་ནི་ཞེས་ཀྱང་པ་ལ་  
 སོགས་པ་སྒྲོས་སོ།      གཏན་མིགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུར་ཞེས་ཀྱང་པ་ནི།      དབྱུ་  
 འབྲས་པ་དང་རྒྱུ་པ་དང་གསལ་པར་བྱེད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་རྒྱ་དེའི་རྒྱུར་རོ།







འཇུག་པ་ལྟ་བུ་ལོ། རེ་བས་ན་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁས་སྒྲུངས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་  
 རྟེ། ཡོད་པ་ཉིད་ནི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་བཤད་པའི་འཇུག་པའི་རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། རེ་ལྟར་ན་དབྱགས་འབྱུང་བ་དང་རྒྱལ་པ་མེད་པར་ཡང་སེམས་  
 ཉིད་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་པ་དང་། ཤི་བའི་ལྷན་ལ་དབྱགས་འབྱུང་བ་དང་རྒྱལ་པ་  
 གསལ་བར་བྱེད་པ་དག་མེད་པའི་ཕྱིར། སེམས་པར་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་གསལ་བ་ཡིན་ནོ། ཡང་ན་འཇུག་པ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་པ་འཆད་པ་ཡིན་ཏེ། རེ་ལ་གལ་ཏེ་དེ་དག་གིས་  
 སེམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྐྱེས་པས་སྒྲོན་པ་ལྟར་པ་ཡིན་ནོ། འགྲེལ་པ་ནི་གྲི་བའོ།  
 རེ་དག་ཐལ་འགྱུར་སྒྲུངས་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤི་བའི་ལྷན་ལ་དབྱགས་འབྱུང་བ་  
 དང་། རྒྱལ་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དག་མེད་པའི་ཕྱིར་སེམས་ཉིད་མེད་ཏེ་  
 ཞེས་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། ཤི་བའི་ལྷན་ལ་དབྱགས་འབྱུང་བ་དང་རྒྱལ་  
 པ་དག་ཀྱང་ཅིའི་ཕྱིར་མེད་པ་ཡིན་ ཞེས་བཤད་ཀྱིང་བདག་པ་སྒྲུངས་པ་ ཡན་ན །  
 རི་ལྟར་ཤི་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྐྱེས་པས་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་དོ།  
 རིས་སུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲི་ནི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུ་ཅུག་ས་སྒྲུ་མ་ལོ།  
 འཕེན་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདྲི་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་ནི། འཕེན་པར་བྱེད་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། རེ་རྒྱུད་ཀྱི་འཕེན་པར་བྱེད་པའི་ལས་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུར་  
 གྱུར་པའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུ་ཅི་རྣམས་པའི་ཁྱད་པར་བསྐྱོས་པས་གང་རྣམས་དེ་མིན་ཏེ་ལྷན་  
 དེ་དང་ལྟན་ཅིག་སེམས་གནས་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བཤད་པར་འགྱུར་རོ། གལ་  
 ཏེ་སྒྲིང་བྱ་ལ་སོང་ རྟོན། ཞེས་བྱ་བ་སོང་པ་ནི་དཔེར་ན་སྒྲིང་བྱ་ལ་སོང་ པ་སྒྲོན་  
 མ་ལ་སྐྱེས་པའི་སྒྲི་ཡིན་པ་དེ་དང་འདྲ་བར་ལྷན་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བའི་དེ་ནི་དོ།

གཤམ་ཏེ་མྱོང་བུ་ལ་སོགས་པ་དང་མཚུངས་པའི་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་ལྟོན་ཅི་ན། གང་  
གི་ཚེ་མྱོང་བུ་ལ་སོགས་པའི་ཞེས་བུ་བ་ལྟོས་དེ། ཤི་བའི་དུས་ན་ལུས་ལྟུང་དང་  
མཁུམ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་རྒྱས་པ་མེད་པར་བུས་པ་དེས་ན། གང་ཞིག་གང་  
ལྟ་ཚོགས་པ་ཅན་ཡིན་པ་ཞེས་བུ་ལ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་བ་ལ་མ་ལུབ་པ་ཡིན་པར་  
འདོད་པ་ཞེས་བུ་བ་ནི་གང་ཞིག་གང་གི་ཚེ་སྟོན་ཚོགས་པ་ཅན་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེའི་ཚེ་  
འགྲུང་དེ། འགའ་ཞིག་གི་ཚེ་སྟོན་མ་ཆང་བ་མེད་པ་ཅན་གྱི་སྟོན་ལྟུང་པ་ལྟ་  
བུའི་ཞེས་བུ་ལ་ལ་སོགས་པས་དག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་མ་ལུབ་པར་དོ། ཤི་  
བའི་ལུས་ལ་ཉེས་པ་ཉམས་འགྲུང་ཆོ། ཞེས་བུ་བ་ནི་རིམ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་  
གང་གིས་སྟོན་ཆགས་ཤི་བ་ན་དེ་རང་ཉིད་སྟོན་པར་འགྲུང་ཞིང་། ཉེས་པ་སྟོན་  
པ་ཡང་མཉམ་པར་འགྲུང་བ་ཡིན་ནོ། ཉེས་པ་འཁྲུག་པའི་ངོ་བོ་ཅན་གྱི་ནད་མེད་  
པ་ན་ཡང་ཞེས་བུ་བ་ནི། ལྟུང་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་ཉམས་འགྲུགས་པ་མེད་  
གྱི་ངོ་བོ་སྟེ། རང་བཞིན་གཤམ་ཡོད་པ་ཞེས་བུ་བར་ཆོག་ཉམ་པར་སྟུར་དོ། དེ་  
ཉི་བ་ཅམ་ལ་རག་ལུས་པས་འཁྲུག་པ་ཅན་ཉིད་ལ་ཤེགས་ཀྱིང་བ་མེད་ན་ཡོད་པས་  
ཁྲུབ་པ་ཡིན་དེ། དེ་དང་འགའ་པ་ནི་མེད་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ཁྲུབ་པར་བྱིན་  
པ་འགའ་པ་དེ་ཤིགས་པ་ཡིན་ནོ། མེས་མ་དེ་སྟོན་པ་ནི་མེད་ཅེས་བུ་བ་ནི་ཡང་  
འདོད་པ་མེད་ཅེས་བུ་བའི་དོན་དོ། ཡང་འདོད་པ་ནི་སྟོན་པ་ཡིན་དེ། དཔེར་  
ན་གྲོང་དུ་སོང་ནས་ལོག་ཅེས་བུ་བ་ལྟ་བུའོ། འདས་མ་ཐག་པའི་གདན་ཆོགས་  
མངས་པ་ཉིད་དུ་ཞེས་བུ་བ་ནི། མེ་ཉི་བ་ཅམ་ལ་རག་ལུས་པས་འཁྲུག་པ་ཅན་  
གྱི་གིང་སོལ་བར་གྱུར་པ་ན་ཡང་མེ་མེད་པ་ན་ཡང་གྱིར་གིང་དུ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་དང་། གདན་ཆོགས་མི་མཐུན་པའི་སྟོན་པ་ལ་འཁྲུག་པའི་ཕྱིར་དོ། འཚོ་







འཛོག་པ་ཡིན་གྱི།      ཆོས་ཅན་ལས་ཆོས་དག་ཐ་དད་བ་ཡིན་ན།      རང་བཞིན་  
 གཅིག་གི་ཆེས་སྤྱ་འཇུག་པ་ཡོད་པ་ས་ཡིན་ནོ།།      དེ་དག་ནི་ཆོས་ཅན་གཅག་གི་བདག་  
 ཉིད་ཡིན་ལ།      དེ་ཡང་ཐ་དད་བ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་བའི་  
 རང་བཞིན་གཅིག་གི་ཆེས་སྤྱ་འཇུག་པ་ས་ཡིན་ནོ།།      འགའ་ཞིག་གིས་ཡང་རབ་  
 དུ་འཇུག་པ་དང་ཁྲོག་པར་གྱུར་བའི་ཆོས་གཉིས་མ་གཏོར་པར་དམིཌ་པའི་མཚན་  
 ཉིད་ཀྱིར་གྱུར་བ་མཐོང་བའི་ལས་ལ་འཇུག་པ་ས་ཡིན་པ་དེ་ལས་ན།      དེ་འདྲ་  
 བ་དེ་ནི་སེམས་པ་རྣམས་ཀྱི་མེད་པའི་ཐ་དད་ཀྱི་ཡུལ་ཉིད་ཡིན་ནོ།།      ཅི་སྟེ་  
 ཆོས་ཐ་དད་བ་མེད་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ཡང་ཆོས་ཅན་གཅིག་གིས་རང་བཞིན་ལས་  
 འཇུག་པ་དང་།      ཁྲོག་པར་འགྱུར་བ་དག་ཐ་དད་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ཅན་དང་  
 འདྲ་བ་གཅིག་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན།      ཅི་ལ་རྟེན་ནས་ཆོས་ཅན་ནས་ཆོས་གྱུར་  
 པ་ཡིན་རུང་བ་ཡང་ས་ཡིན་དེ།      ཡོངས་སྤྱ་གྱུར་བའི་རྟེན་ཆོས་རྣམས་ནི་ཐ་དད་  
 བ་ཐ་དད་བ་མེད་པ་དག་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ།།      འགྱུར་བ་རྣམས་ལས་ཐ་དད་བ་  
 ཡིན་ན་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཞན་ཉིད་དུ་ཐམ་པ་དང་།      ཐ་དད་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ན་ཆོས་  
 ཅན་དང་འདྲ་བ་རྣམས་ཀྱང་ཐ་དད་པར་མི་འགྱུར་རོ།།      དག་དུ་མངོན་པར་མི་  
 གསལ་བའམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྱུར་བ་གཞན་ལ་ཡང་མངོན་པར་མི་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དོན་དོ།།      དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནད་དག་གིས་བྱས་པའི་མི་མཐུན་པའི་  
 གནས་སྐབས་ན་ཡང་རོ།།      གྱུར་བ་དང་གསལ་བ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་གྱུར་  
 བ་ནི་འགྱུར་རྣམས་སེམས་མངོན་པར་གསལ་བ་རང་ཆེས་སྤྱ་མཐུན་པར་འགྱུར་རོ།།  
 གསལ་བ་ནི་སེམས་སྟེ་བའོ།།      བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྱུར་  
 གྱུར་བ་གཞན་དང་དེའི་ཆོ་རང་བཞིན་མཚུངས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ།།      གསལ་དེ་དེ་



ལ་ཆོས་གཞན་ཉིད་སྒྲིབ་དེ་བས་ན་འབྲུང་བ་ནས་སྐྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ཞེ་ན་  
 གཞན་ཉིད་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་མ་སོགས་པ་སྒྲུབ་དེ། འབྲུང་བ་དཀའ་པ་ལོ་  
 ན་ཉིད་ལྷན་པར་འབྱུང་དེ། ཆོས་ཐ་དང་པ་ལས་ལེན་པ་འཕྲིང་རོ། དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་གཞན་དུ་ཐམ་བ་པར་བྱ་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཡང་ར་ཞེས་ཆོས་དང་འབྲེལ་  
 པ་མི་ཆོས་ཅན་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་པར་འབྱུང་རོ་ཞེ་ན། དེ་འཕྲིང་  
 བྱེད་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲུབ་པ་ལ། དེ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཅན་  
 དང་རོ། འབྲུང་བ་ལས་ཆོས་སྒྲིབ་པ་མ་ཡིན་དེ་བྱུང་བར་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལས་  
 སྒྲིབ་ནི། དཀའ་དུ་སྒྲིབ་པར་ཐམ་བ་འཕྲིང་རོ། དེ་བས་ན་དེ་ལས་བྱུང་  
 བའི་སེམས་ཉིད་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་ནོ། དེ་འཕྲིང་བྱེད་ཀྱིད་ཀྱང་མ་ཡིན་དེ་  
 ཐ་དང་པ་འཕྲིང་རོ། ཉི་པར་ལེན་པ་ཅན་གྱི་འབྲུང་བ་ལ་ཉི་པར་ལེན་པ་འཕྲིང་  
 འབྲུང་བས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་འབྲུང་བ་མེད་པ་འདྲིང་དམག་ས་པ་དེ་རྩར་  
 ན་བྱུང་བར་བྱེད་པ་འགམ་བ་དམིགས་པ་ནི། འདྲི་ནི་ཐམ་བ་སྒྲིབ་པ་འཕྲིང་། གཤམ་  
 དེ་ལས་ཉི་པར་ལེན་པར་འདྲིང་བ་དེ་འཕྲིང་ལས་འབྲུང་བ་མེད་པར་སེམས་འབྲུང་བུར་  
 མི་འབྲུང་ན། འབྲུང་བ་དེ་བས་ན་ལས་ཉི་པར་ལེན་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 བཟོག་པ་འོ། དེ་ཡང་སྤྱིས་འཆད་པར་འབྲུང་རོ། འབྲུང་བ་ནི་འདྲིང་ན།  
 ལྷུལ་ལ་སོགས་པ་ཐག་ཉི་པ་ལས་སྒྲིབ་པ་འབྲུང་བ་མེད་པར་ཡང་འདྲིང་འབྲུང་བ་དེ་  
 བས་ན། སྒྲིབ་མའི་དཔེ་བསྒྲུབ་པར་བྱ་བས་སྒྲིང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་འབྲིང་  
 ལྷུལ་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲུབ་དེ། སོ་གས་པ་དེ་སྒྲུབ་ནི་མཐུ་དང་ལྷན་  
 པས་བྱེད་བྱེས་བསྐྱབས་པ་པ་སོགས་པ་གཞུང་རོ། དེ་ལྟར་ནི་འབྲུང་བ་ལ་སོང་  
 པ་ལ། ལྷུལ་སོགས་པའི་འབྲུང་བ་ནི་འབྲེལ་བ་དང་འབྲེལ་བ་འོ། གང་ཞེས་གང་

མེས་ཉི་ཤར་ལེན་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་མེད་པར་དེ་འགྱུར་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་སྒྲོལ་བ་བཤད་པའི་བསྒྲུབ་པར་བྱ་བ་འདི་ལ་མ་ངེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་དེ།  
 གང་གིས་ཕྱིར་ཚུལ་སོང་པ་དག་ཀྱང་ཉི་ཤར་ལེན་པར་འགྱུར་བའི་ཆོ་ནམ། སྒྲུབ་པ་  
 སོང་པའི་འགྱུར་བའི་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ནམ། གལ་དེ་གང་ཞིག་འགྱུར་བས་གང་ཞིག་འགྱུར་  
 བས་དེའི་ཉི་ཤར་ལེན་པ་ཡིན་ནོ་ ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲུབ་པར་བྱ་བ་འདི་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ་  
 ལ་སོགས་པའི་ཉི་ཤར་བཀོད་པས་མ་ངེས་པར་འགྱུར་ངོ། འདི་སྒྲུབ་དུ་ཉི་  
 ཤར་ལེན་པར་འགྱུར་བ་མེད་པར་ཉི་ཤར་ལེན་པ་ཅན་གྱི་འགྱུར་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་གྱི།  
 འོན་ཀྱང་ཉི་ཤར་ལེན་པའི་འགྱུར་བ་ཉིད་གྱིས་ཞེས་སྒྲུབ་ན། དོན་གྱིས་གང་  
 འགྱུར་བས་གང་ཞིག་འགྱུར་བ་དེ་ནི་དེའི་ཉི་ཤར་ལེན་པ་ཡིན་ནོ་ ཞེས་དམ་བཅས་པ་  
 ཡིན་ཅོ། གཤམ་མི་ཟེ་མེད་ཉི་ཤར་ལེན་པ་དང་། ཉི་ཤར་ལེན་པ་  
 ཅན་དག་གི་འགྱུར་བ་འདོད་པས་གང་འགྱུར་བས་གང་ཞིག་འགྱུར་བ་དེ་ནི་དེའི་ཉི་  
 ཤར་ལེན་པ་ཡིན་ནོ་ ཞེས་དམ་བཅས་པར་བྱའོ། དེ་བས་ན་མ་ངེས་པ་ལྟོན་པ་  
 ཡིན་ནོ་སྒྲུབ་དུ་དཀོངས་སོ། དེ་ལ་ཚུལ་སོགས་པ་སྒྲན་ཅིག་དྲེད་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་མ་ངེས་པ་སེལ་བར་བྱེད་ངོ། ཡོ་ས་སུ་ཉམས་པ་ནི་ཟད་པའོ།  
 དེ་སྐད་རྒྱུར་མཐོང་པར་འདོད་པ་གང་ཞིག་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་  
 འགྱུར་བས་འབྲས་བྱེད་རྒྱན་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་འགྱུར་པར་འགྱུར་བ་  
 དེ་ནི་དེའི་ཉི་ཤར་ལེན་པ་ཡིན་ནོ་ ཞེས་བྱ་བ་དེ་རྒྱར་བསྒྲུབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་དེ་ལ་  
 བྱར་བྱུར་པའི་འགྱུར་བ་ཚུལ་སོགས་པ་བྱས་པ་མང་སྒྲུབ་པ་སོགས་པ་ལ་ཡོད་  
 བ་མ་ཡིན་པ་དེ་བས་ན་མ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ ཞེས་བསྒྲན་པར་འགྱུར་ངོ།  
 གལ་དེ་གང་ཞིག་འགྱུར་བས་འགྱུར་ཞིག་གི་རྒྱན་ཆད་པ་དེ་ཉི་ཤར་ལེན་པ་ཡིན་ནོ་



གྲི་གནས་སྒྲུབས་ཕྱི་མའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ་སྟེན་པ་ཞེས་བྱའོ།། དེ་མེད་  
 པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་པར་གཤེས་པ་མེད་པར་རོ།། འབྲུག་བྱ་གཅིག་ལ་  
 སོ་སོར་ངེས་པའི་ཕྱིར་སྟོན་ཅིག་གནས་པ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་བཟུང་པར་འགྲུར་  
 རོ།། །མེད་ངང་ཟངས་མཐོ་བྱ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱས་དབྱེ་བའོ།། དེར་ནི་  
 ཟངས་མ་ཞུ་བ་ཉིད་དུ་འབྱུང་བ་ལ་སྟོན་ཅིག་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་དང་སྟོན་  
 ཅིག་གནས་པ་ཡིན་གྱི་ཉི་མར་ལེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ལུས་  
 དང་སེམས་དག་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།། ལུས་དང་སེམས་དག་ཡང་དེ་སྟེན་དུ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་སྟོན་ཅིག་གནས་པར་ངེས་པ་མེད་དོ།། སྒྲུབ་བཤད་ཟིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་  
 གི་ལུས་མེད་པར་གཞུགས་མེད་པའི་ཁམས་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་པར་གཤེས་པ་ཡིད་པའ་  
 ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་བཤད་ཟིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ།། ཡོན་ཏན་  
 དང་སྤྱི་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོན་ཏན་དང་སྤྱི་དང་དེ་དག་དང་པོར་བྱས་པ་གང་  
 ལ་ཡིད་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་དབྱེ་བ་སྟོང་པོ་ཅན་གྱིས་འབྲུ་མང་བོ་པའོ།། སོར་  
 བའི་རྒྱས་ནི་ལས་བརྒྱུད་པོ།། ཡིད་མེད་དག་དེན་མེད་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེད་  
 པ་དང་ཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་བྱེད་པ་བོའི་དུག་པ་ཡིན་དེ། ཡིད་པ་དང་མེད་པ་  
 དག་ནི་གཞན་གྱི་དེན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།། དེ་ནི་ཡིད་པ་འཇ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོང་པས་འཆད་པར་བྱེད་དོ།། དེན་ཉིད་ལ་བདེན་པ་ལྟུང་དུ་བྱུང་  
 བ་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཁྱབ་པ་ཡིན་དེ། དེ་དང་འགལ་བ་ཡང་མི་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་  
 བ་དེ་ལྷན་ན་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པ་པའོ།། མེད་པའི་དེན་མ་ཡིན་དེ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་ནི་དངོས་པོ་གྲུབ་པའི་གཞིར་མངོན་པར་འདོད་པ་དེན་དུ་འདོད་པ་  
 ཡིན་ན། དེ་བོང་གི་དུ་དང་འབྲུ་བའི་མེད་པ་ཡང་དེན་དུ་འགྲུར་དོ།། གས་

དེ་འོན་ཅི་ལྟར་ན་སྐྱུ་མ་སྟེན་དུ་བྱེད་ཅེ་ན། དེ་ཡང་རང་གི་སྐྱུ་ལས་སྦྱོར་བ་ཡིན་  
 གྱི་ཞེས་བྱ་བ་སྟོན་ཏེ། སྦྱོར་བར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་མེད་པའི་སྐྱུ་ཉིད་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བརྟེན་གྱི། ཏེན་གྱི་དངོས་པོས་ནི་མ་ཡིད་ཏེ་དེ་ན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོར་རོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་མེད་ནོ། ཏེན་གཞན་དེ་ན་དུ་གྱུར་པ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིད་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 རྒྱལ་བ་ཡིན་ལ་དེ་དང་འགལ་བ་ནི་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན། རྒྱལ་བར་  
 བྱེད་པ་འགལ་ལ་བ་དམིགས་པ་ལོ། ཡིད་པའི་དེ་ན་ཡང་སྦྱོར་བ་དང་པོ་ལ་སྒྲིག་  
 པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་ཇི་ལྟར་ན་དེ་ན་ཉིད་ར་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱལ་བར་འགྱུར་  
 ཞེ་ན། བདེན་དེ་འོན་ཀྱང་གཞན་དེ་ན་དང་བདེན་པའི་དེ་སྟེ་པོ་འོ་སྟོན་ནམ། ག་ནི་  
 དང་ག་ནི་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་སྟེན་ཅིག་པར་གྱུར་པ་དག་པ་དོད་པ་མེད་པའི་བསམ་པ་སྟེ་  
 དེ་སྟེན་དུ་བརྟེན་དོ། གལ་ཏེ་མ་ཡིན་དེ་ན་ཡིད་པ། གཞན་པའི་སྐྱུ་ནི་  
 ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་གཞན་གྱི་བསམ་པ་མེད་ཀྱིས་པ་བཟུང་བ་ལོ།  
 དེའི་དེ་ན་དུ་མེད་པར་འདོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འཆད་པར་བྱེད་དོ། རྒྱ་  
 མ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཞིག་གང་ལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བྱེད་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་བདུན་ཆོས་པ་གད་པ་གང་ཡིན་པ་ལོ། གཞན་ནི་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་གང་མེད་པ་དེ་དེ་ན་མེད་པ་མེད་པའི་སྟོན་པ་འགའ་ཞིག་དེ་ན་དུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་དེ་  
 ཞེས་བྱ་བ་མི་སྦྱོར་བ་ནི་ལོ། ཁས་མ་སྒྲངས་པའི་སྦྱོར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེད་པའི་  
 དེ་ན་ཁས་མ་སྒྲངས་པའི་སྦྱོར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་མེད་ནོ། ཏེན་ནི་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གྱུ་པ་པའི་མཐའ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། གཞན་པ་པོ་བདག་  
 ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་པ་པོའི་རང་བཞིན་ཉིད་གཞན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་མེད་ནོ་  
 དོ། ཁྱེད་དེ་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་བཤད་པ་ནི་

གནས་པ་བོ་ལས་གནས་པ་རྟོན་པ་དང་པའི་ངོ་བོས་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། རྟོན་  
 གཞན་དུ་གྱུར་པ་ལ་ངོན་གཞན་དུ་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་མེད་ནོ། རེའི་འབྲེལ་པ་ཅན་  
 གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྟོན་མངོན་པར་འདོད་པས་བརྟེན་པ་ལ་གནས་པ་ཐ་དང་པས་བྱས་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བརྟེན་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་ཡིན་ནོ། དེ་ལ་བརྟེན་པ་དང་འབྲེལ་  
 བ་གྱི་གནས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། རྟོན་དུ་མངོན་པར་འདོད་པའི་རྟོན་མངོན་པར་  
 བྱེད་པ་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། གནས་པར་བྱེད་པ་དང་འབྲེལ་བ་  
 གནས་པ་ཅན་གྱི་གནས་པའི་རྟོན་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། དཔེར་  
 ན་གནས་པར་བྱེད་པའི་གནས་པར་བྱ་བར་མངོན་པར་འདོད་པའི་རྟོན་དུ་གྲུབ་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། ཡན་འདོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་བཞིན་དུ་གནས་པ་ཅན་གྱི་གནས་  
 པའི་རྟོན་ཉིད་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། གནས་པ་ཅན་གྱིས་གནས་པར་བྱ་བ་དེས་ཀྱང་གནས་  
 པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བྱས་པ་མེད་དེ། དེ་ནི་གནས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་པས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ།  
 སྐྱེས་པ་ལ་ཡང་གནས་པར་བྱ་བས་ཅི་ཞིག་བྱས་ན་གང་གིས་ན་རྟོན་དུ་འགྱུར། དེ་  
 བས་ན་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་གནས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཅི་སྟེ་གནས་པ་ཅན་གྱིས་གནས་  
 པ་ཅུང་ཞིག་ཀྱང་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་གནས་པ་ཉིད་ཀྱིས་འདི་གནས་པར་བྱ་  
 བ་ཡིན་པ་དེ་ངས་ན། རེའི་འབྲེལ་པ་ཅན་གནས་པར་འདོད་དོ་ཞེན། གལ་  
 ཏི་གནས་པར་བྱས་པ་པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྟེ་པ་སྐྱེས་པ་ལ། ཡིན་ནོ། འཇིག་  
 པ་མེད་པར་ཐལ་པར་འགྱུར། ཞེས་བྱ་བ་ནི་གནས་པ་བོ་སེམས་ཉིད་ཡིན་  
 ལོ། དེ་འབྱུང་བ་ན་མས་ཀྱི་གནས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན་དེ་ནི་རྟོན་ཉིད་ཉིད་ཡིན་  
 ཏི། འབྱུང་བ་ན་མས་རྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། གལ་ཏི་དེ་གནས་པར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་པ་དེ་བས་ན། སེམས་གནས་པ་བོར་མངོན་པར་འདོད་པར་འདིག་པ་

མེད་པར་འགྱུར་རོ།། རེ་ནི་གནས་པར་བྱེད་པ་འགྱུར་བ་ནམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 མོགས་པ་སྒྲོལ་བ་ལ་གནས་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟེན་ཏེ། གནས་པར་བྱེད་  
 པ་ཉིད་ནི་གནས་པ་མེད་པར་བྱ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ།། བྱེད་བྱ་བ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་བྱ་བ་ལྟེན་ཏེ་མོག་གི་དོན་ཡོན་དན་གྱི་གནས་པར་བྱེད་པར་འདོད་དོ།།  
 དང་པོ་མོག་པས་སྒྲོལ་མངས་སྒྲེ་བར་འགྱུར་རོ།། གཤམ་དེ་དེའི་བྱས་པ་གནས་  
 པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་དེ་ལས་སྒྲོལ་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ།། དེ་མཁོན་དུ་སོ་བཤང་  
 བ་ལས་སྒྲེས་པ་མེད་པར་བྱེད་པ་སྒྲོལ་བ་ལྟེན་ཏེ་མེད་པར་འགྱུར་རོ།།  
 དེ་ལྟར་ན་འདིའི་གནས་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་པར་བྱེད་པ་དོན་དང་མཉན་པར་འགྱུར་རོ།།  
 འཛེམས་པར་བྱེད་པར་བྱས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། འཛིག་པའི་རྒྱ་ཐག་ཉི་ལ་ཅན་  
 དངོས་པོ་འཛིག་པར་ཁས་ལེན་པ་མེད་པར་བྱེད་ཏེ། དེ་ལས་འཛིག་པ་མེད་པར་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི། འཛིག་པའི་རྒྱ་ཐག་འཛིག་པའི་རྒྱ་ཐག་དེ། གཞན་གྱི་ཁས་ལེན་  
 གས་དེ་ལྟར་དུ་དེ་བཟུང་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་དེ་འཛིག་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པར་  
 བྱེད་པའི་འཛིག་པའི་རྒྱ་ཐག་པ། བརྟེན་ཉིད་འཛིག་པར་མི་འགྱུར་པར་བྱུང་  
 བ་གནས་པའི་རྒྱས་ཅི་ཞིག་བྱ་བྱེ་ཅིང་ཁང་མི་བྱང་དོ།། ཅི་དེ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་གནས་པར་བྱ་བའི་རྒྱ་ཐག་ནོ།། དུས་དེ་མེད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཛིག་པའི་  
 རྒྱ་ཉིད་མ་འོངས་པའི་དུས་སུ་ལོ།། འཛིག་པའི་དངོས་པོ་འོ་ཆོས་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་  
 ནི་ཅི་དེ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ལྟེན་ཏེ་ཁང་སྒྱུར་པར་བྱེད་ཏེ། ཅི་གནས་པའི་རྒྱ་དེ་ལས་འཛིག་  
 རྒྱ་དང་ལྟན་གྱི་པར་དུ་བ་གནས་པ་ཡང་པར་འདོད་པ་དེའི་ཆོ་འཛིག་པའི་དངོས་པོ་འོ་  
 ཆོས་ཉིད་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ།། དེ་ནི་ངོ་པོ་ཉིད་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་  
 འཆད་པར་བྱེད་དོ།། འདི་ལ་གནོད་པ་མེད་པ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གནས་པའི་





པའི་གཞུགས་ནི་གཞུགས་དང་སྒྲུབ་ཀྱི་ལ་སྟགས་པ་ལྟེ། འགྲུབ་པ་ནམས་ལས་  
བརྟན་ནས་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རྟོ། འདི་ཡང་རང་གི་སྒྲེ་བ་ཕྱེ་བྱལ་དུ་  
སྒྲེ་བ་ནམས་ཀྱི་འདྲེ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། བཤད་པའི་དོན་བསྐྱེས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་  
ནོ། འཛིག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རྟོ། གལ་ཏེ་འཛིག་པའི་  
སྐྱུ་ལས་འདྲེ་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སྟགས་པས་སྦྱར་བ་ཤད་ཅིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྟོ། འདི་  
ལ་ཡང་དངོས་པོ་ནམས་ལ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འཛིག་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་  
འཛིག་པའི་སྐྱུ་འབའ་ཞིག་ཡིས་འཛིག་པར་འགྱུར་བ་འཇམ་། རང་བོ་ཉིད་ཀྱིས་  
འཛིག་པའི་རང་ཚུལ་ཅན་དེ་དོག་པ་གཉིས་སུ་འགྱུར་གྲང་ན་དེ་དང་བོ་འོ་ནམས་པར་  
དོག་པ་ནི། གལ་ཏེ་གཞན་པས་དངོས་འཛིག་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྟགས་པ་སྦྱོས་  
སོ། ། རྣམ་པར་དོག་པ་གཉིས་པའི་དབང་དུ་མཛེད་པས། དངོས་པོ་དེ་གཞན་  
མེད་པར་འཛིག་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྟགས་པ་སྦྱོས་པ་ལ། དེ་གཞན་མེད་པར་  
འཛིག་ན་འཆད་པར་བྱེད་པ་ནི་འཛིག་པའི་སྐྱུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྟགས་པ་ཡོ། རང་  
ཉིད་འཛིག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་བྱུང་། འཛིག་པའི་སྐྱུ་ཐག་ཉི་བ་ཅན་མེད་  
པར་ཡང་འཛིག་པར་འགྱུར་དོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རྟོ། དེ་ལྟར་ན་གནས་པའི་སྐྱུ་  
ནམས་ལས་མེད་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་འཆད་པར་བྱེད་པ་ནི་དེ་གནས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྟགས་པ་ཡོ། གཞན་དག་ནི་རང་ཉིད་འཛིག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་  
པའས་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱུ་གཞན་དུ་བྱེད་ཆད་ཀྱི་དེ་བཟེལ་བ་ཡོད་པ་ས་ཡིན་དེ། འཇམ་  
ཀྱི་སྐྱུ་ཆད་པར་ཡང་དོན་སྟགས་པ་འགའ་ཞིག་མི་འཕྱོལ་བ་མེད་རྟོ། དེ་མཐས་ཅད་  
གནས་སྟན་པར་འདྲེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འཆད་པར་འགྱུར་བ་དང་སྦྱར་རྟོ། སྐྱེ་བ་ཅན་  
ཡང་ཡིན་ལ་ཀུན་ཡང་ཡིན་པས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོ། བཤད་པ་གི་

ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་འོ། ། མི་དྲག་པ་ཉིད་དེ་ན་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཉི་ལྱམ་པ་ལ་སོགས་པའོ། ། དེའི་ཡང་གཞན་དང་དེའི་ཡང་གཞན་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཉི་དེ་ཞིག་བྱས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ཐ་མའི་གྱོ་མོ་དེན་མིན་ཞིང་། དེ་དག་གི་  
 ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚམ་བ་ཡིན་ལ་དེ་དག་གི་ཡང་རང་ཉིད་ཚམ་བ་པོ་གཞན་ཡིན་པ་དེ་  
 ལྟར་ན་ཡན་ལག་ཅན་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུའོ། ། དེའི་ཡང་རྒྱལ་ཐུང་རབ་དྲག་པའི་  
 བར་དུ་དེ་ན་ཡིན་གོ། དེ་བས་ན་དེ་ཞིག་རྒྱལ་གཉིས་པ་ནི་དྲག་དུ་གནས་པ་ཡིན་ཞིང་།  
 དེའི་ལྷོ་བས་ཀྱིས་དེས་བཅུ་མས་པ་དང་། བྱས་པ་ལ་སོང་པའི་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ཐ་མའི་  
 ཐུག་པའི་བར་དུའོ། ། དེས་པོ་འགའ་ཞིག་གང་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། དེ་ན་འདི་ཉིད་  
 ལྟར་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ། བདེན་དེ་ཅི་གཞན་ལས་འཇིགས་པ་ཡིན་ནམ། ཅི་  
 མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཅི་བདག་ཉིད་འཇིག་པའི་  
 ངང་ཚུལ་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་ནམ། ཅི་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་ནམ་པ་འདིས་  
 བཟོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྱད་པར་འོ། ། ལུས་ཀྱི་རྒྱལ་བྱང་འབྱེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་ལུས་སྒྲིམ་པ་ནི་ལུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སེེ་བོ་འདི་ལ་སོགས་པའི་ཉི་ལྱམ་  
 མཚན་པ་ཡིན་གོ། དེ་ཉིད་ཀྱི་བཤད་པས་ནི་ལུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཞེས་བྱ་བ་འོ།  
 དེའི་ཡོན་ཏན་འཕེལ་བ་དང་འབྱེད་པ་དག་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཡིད་ཀྱི་ཡོན་  
 ཏན་ཐོས་པ་བསམས་པ་དང་བསྒྲིམས་པ་ལ་སོགས་པས་འཕེལ་བ་དང་འབྱེད་པ་དག་  
 གིས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། ། ལུས་པ་ནི་བདེ་བ་དང་སྤྱད་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་  
 བདེ་བ་དང་སྤྱད་པར་འདོད་པའོ། ། སྤྱིང་རྩི་ནི་ལུས་ཅན་འདི་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་  
 ལས་ཐ་དད་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྱབ་པར་འདོད་པའོ། ། ལུས་ཀྱི་  
 རྩད་པའི་ཁྱད་པར་གྱི་འཕེལ་བ་དང་འབྱེད་པ་ལ་བརྟེན་པ་སེད་པ་ཡང་ཡིན་ལ།

གང་མེད་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ཁྱེད་ཀྱི་འཕེལ་བ་དང་འགྲིལ་བ་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 བྱེད་པར་བྱི་བཟུ་བཤོ། དེ་ཉིད་སྒོ་ཡིན་པ་དེས་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་དེ་  
 ཟུམ་དུ་བྱུང་བ་དང་། འགྲིལ་བ་ཉམས་སུ་སྒྲོང་བ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་དོ། ཆེས་  
 གང་ཡོད་པ་འདྲི་ནི་མར་མེད་འདྲོ་ལ་སོགས། སོགས་པ་དེ་སྦྱས་ནི་གྲིབ་མ་  
 དང་སྒྱ་གྲུ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཞུང་དོ། དེ་ལ་བརྟེན་པ་མེད་པ་དེ་དོན་གྱི་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྒྲོན་མེད་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ལ་བརྟེན་པ་མེད་པ་དོ། དོན་ནི་སྒྱ་གྲུ་ལ་  
 སོགས་པ་དེ་མྱེ། དེའི་ཕྱི་ལོ་དེས་སུ་འབྱུང་བ་ཅན་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དོན་དོ། སྒྲོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་གང་ཞིག་ཕྱི་ལོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་པར་  
 གྱི་འཕེལ་བ་དང་འགྲིལ་བ་དག་གིས་སྦྱར་དུ་བྱུང་བ་དང་། འགྲིལ་བ་ཉམས་  
 སུ་སྒྲོང་བ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་དོ། ཉམས་སུ་སྒྲོང་བ་ཁྱེད་པར་ཆེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཅེ་ན།  
 བརྟེན་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་དེ། གང་ཞིག་ཕྱི་ལོ་ཁྱེད་  
 པར་གྱིས་འཕེལ་བ་དང་འགྲིལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདྲི་ལ་གང་གི་སྦྱར་བརྟེན་པ་ཡིན་ནོ།  
 འབྲས་བུ་དེ་སྦྱར་དུ་བྱུང་བ་དང་འགྲིལ་བ་ཞེས་དེ་ལ་བརྟེན་པ་མེད་པ་དེ་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་པར་གྱིས་  
 འཕེལ་བ་དང་འགྲིལ་བ་དོན་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ནི། བརྟེན་པ་མེད་པ་དེ་ཕྱི་ལོ་  
 ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་པར་གྱིས་འཕེལ་བ་དང་འགྲིལ་བ་ཅན་ནོ། དེ་ལ་བརྟེན་པ་མེད་པར་འབྱུང་  
 བ་གང་གི་ཕྱི་ལོ་ལ་ལ་བརྟེན་པ་དང་བཅས་པ་དང་གང་གི་ཕྱི་ལོ་ལ་བརྟེན་པ་མེད་དོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཟུམ་པ་དེ་དོན་ཡིན་ནོ། དེའི་ཉི་མར་དེན་པ་དེ་སྒྱ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་  
 བྱེད་པར་ལ་སྦྱར་དུ་བྱུང་བ་དང་འགྲིལ་བའི་སྒྱ་མྱེ། ཉི་མར་དེན་པ་དེ་སྒྱ་ཡོད་  
 པ་དེ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ཅོག་ནམ་པར་སྦྱར་དོ། འདྲི་ནི་བཟུམ་པར་བྱ་བ་གཅིག་  
 ཡིན་ནོ། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཉི་མར་མེན་པ་དེ་སྒྱ་ཅན་འབྲུ་པ་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་

[illegible]

[illegible]

ཞེས་པ་དེའི་ནམ་པར་ཞེས་པའི་སྐུ་ཉིད་དུ་བརྒྱུ་བའོ། ། བར་དོར་བྱུང་པར་ལས་སྐྱེས་  
 པའི། ། རང་གི་རྟེན་དབང་པོ་ལས་སྐྱེས་པ་ཞེས་ཀྱང་པ་དེ་ཉིད་མི་རྟེན་དེས་ཀྱང་ཞེས་  
 ཀྱང་བ་སྒྲོས་དེ། རྟེན་ནི་དབང་པོ་འོ། ། དེས་ནི་མང་གི་དོན་གྱིས་གདོན་མི་ཟ་བར་འབྱུང་  
 པ་ཞེས་ཀྱང་པ་ནི་ཡིད་འགྱུར་བའི་སྐུ་ཉིད་དུ་འབྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་དེ། འགར་ཞིག་གི་  
 ཆོ་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་མཛོད་ཀ་ཡང་ཡིད་འགྱུར་བ་མཛོད་པའི་སྤྱིར་དོ། ། ལྷག་ནི་གཙན་  
 གཟན་ནོ། ། ལྷག་ཉིད་དང་ཁྲག་ཅེས་ཀྱང་བ་ནི་ཆུས་དབྱེ་བའོ། ། མཛོད་པ་དང་ནི་ཐོས་པ་  
 ལས་ཞེས་ཀྱང་པ་ལྷག་ཐོས་པ་དང་། ཁྲག་མཛོད་པ་ལས་ཞེས་གོ་ རིས་བཞིན་དུ་  
 སྤྱར་དོ། ། དེ་བཞིན་དུ་ཐ་དང་པར་ལྷག་ཐོས་པའི་སྐུ་ལས་ཞེས་ཀྱང་བས་འཆད་  
 པར་བྱེད་དོ་སྒྲོ་ནི་དེའི་རྩམ་སྐུ་མི་བྱེད་པའི་སྤྱིར་དོ་ ཞེས་ཀྱང་པ་ནི་དངོས་སྐུ་ དོན་དེའི་  
 འགྱུར་བའི་རྩམ་སྐུ་མི་བྱེད་པའི་སྤྱིར་དོ། ། སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཉིད་པར་ལེན་པ་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་ཀྱང་བར་སྤྱར་དོ། ། རི་ལྷར་རྩམ་སྐུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་སྤྱིར་དེས་  
 པར་ཞེས་ཀྱང་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་དེ། དོན་གྱི་འགྱུར་བ་དེ་ལྷ་བྱུར་གྱུར་པ་འདུས་  
 པ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ། རིས་པར་རྩམ་སྐུ་འཇུག་པ་  
 མ་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར་དོ། ། རྒྱུ་དེ་ནི་དེའི་རྩམ་སྐུ་བྱེད་པ་ཅན་མ་ཡིན་ནོ། ། རི་  
 ལྷར་རྒྱུ་སྐུ་མ་སྐུ་མ་ལ་ཞེས་ཀྱང་པ་ནི་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་དཔེ་འོ། ། དངོས་སྐུ་  
 ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་སྐུ་ལས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཀྱང་པ་སྤྱར་དོ། ། དངོས་སྐུ་ལྷན་  
 ཅིག་བྱེད་སྐུ་མ་ཡིན་དུ་ཟེན་གང་། དེ་ཉིད་སྐུ་ཉིད་ཡིན་པ་ནི། རིས་པ་  
 དེར་འདུས་བྱས་པའི་ཡང་ཞེས་ཀྱང་པ་ནི་ལྷས་འདུས་ཀྱང་པའི་ཡང་ཞེས་ཀྱང་པའི་དོན་  
 ནོ། ། ། དངོས་སྐུ་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་འགྱུར་བ་ཡང་རིས་པར་འབྲས་བུའི་རྩམ་  
 སྐུ་བྱེད་པར་འགྱུར་དོ། ། དེ་ཉིད་ནི་དབང་ན་ཞེས་ཀྱང་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ལ།

[illegible]

བ་ན་མེས་རབ་དང་ཡིད་གཞུང་ས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་པོ་ཐ་དང་པ་མེད་པ་མི་གྱུ་ལོ་  
 སྟེར་རོ།། ཞེས་བྱ་བ་ནི། ལུས་དང་སྒོ་ཡོན་དོན་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ངས་སོ།།  
 དེའི་དང་བཞན་ཉིད་ལ་དེ་འདྲུས་བྱས་པར་གྱུར་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཁྲབ་པ་ཡིན་ལ། འདིར་  
 དེ་མེད་པ་དེ་རྩར་ན་ཁྲབ་པར་བྱེད་པ་མི་དམིགས་བཤོ།། ཐོས་པ་ལ་སོགས་པ་ལུས་  
 ཀྱི་འདྲུས་བྱས་པ་ ཡོད་པ་དེའི་ སྟེར་གདན་ རྩོགས་ས་གྲུབ་པ་ ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 མ་གྲུབ་པ་ཡང་ས་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ལ་སྒྲུབ་བ་ཉིད་ལས་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་ལུས་ཀྱི་ཡོན་དོན་དམིགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྱུར་བ་ཉིད་ལས་སོ།། གཡ་  
 དེ་ཐོས་པ་ལ་སོང་བའི་འདྲུས་བྱས་པས་ལུས་ཀྱི་ ཡོན་དོན་བྱས་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་ན།  
 དེ་ཡང་དམིགས་བྱར་འགྱུར་ན། ཐོས་པ་ལ་སོགས་པས་འདྲུས་བྱས་པ་བྱེད་པའི་  
 རོ་དང་མངོན་པར་བསལ་ངའི་དུས་ན་ཡང་མི་དམིགས་དེ། གནས་སྐབས་གཉི་  
 ག་ལ་ཡང་ལུས་ལ་ཁྲབ་པར་མེད་པའི་སྟེར་རོ།། བཟ་མེད་བའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བག་  
 མེད་པས་རྩོམ་པ་ཅན་ནོ།། མི་གཙང་བ་དང་གཡང་ས་ལ་སོགས་པའི་གནས་སུ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ། མི་གཙང་བའི་གནས་དང་གཡང་སའི་གནས་ནི་རྒྱས་དབྱེ་བའོ།།  
 དེ་བས་ན་དམན་པའི་གནས་ནི་ཡོངས་སུ་ལེན་ན་ཡང་འདི་བའི་བ་དང་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་  
 ཐོབ་པ་དང་དོར་བར་འདོད་པ་མེད་པ་དེ་རྩར་ན་ས་ངས་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།  
 དེ་བདག་ཉིད་འདོད་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ལན་འདེབས་པར་བྱེད་དོ།། དེ་  
 རྩར་ན་གང་མངོན་པར་ཆགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་གྱི་དམན་པའི་གནས་ནི་ཡོངས་  
 སུ་ལེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཁྲབ་པར་དང་བཅས་པའི་གདན་རྩོགས་མི་མཐུན་པའི་སྟོང་ས་ལ་  
 འཕུག་པ་མེད་རོ།། གཡ་དེ་དབང་སྒྲུབ་ལ་སོང་བ་འཕངས་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱེད་  
 སྟོན་ཆགས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་བྱི་བར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་གྲུབ་



བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྐྱེས་པ་སྒྲིམ་སོ།། མངོན་པར་ཆགས་པ་ཐོན་དུ་  
 མོང་བ་ཅན་གྱི་སྐྱེལ་ཆར་མངལ་གྱི་གནས་ལེན་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཐེ་ཚོམ་ཟེ་བ་མ་ཡིན་ནམ།  
 གནས་སྐབས་འདི་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བསྐལ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་བས་ན་  
 གཏན་ཚིགས་འདི་ནི་ཐེ་ཚོམ་ཟེ་བའི་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ།། འདི་ལྟར་དམན་བའི་  
 གནས་ཡོངས་ གྲུ་ལེན་བ་གང་ཡིན་བ་དེ་ནི་རེ་ཞིག་འབྱུང་བ་ནས་ཉི་ཤར་ལེན་བ་ཉིད་  
 ཡིན་བ་བཀག་པའི་ཕྱིར་དང་། འགོག་པའི་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། འབྱུང་བ་  
 ཅིས་གྱུར་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ནི་མ་ཡིན་པར་དགོངས་སོ།། ཉི་ཤར་ལེན་བ་མེད་པར་  
 དངོས་བོ་ནམས་སྤེལ་བར་མི་འགྱུར་རོ།། ཞེས་སྒྲོན་པར་འགྱུར་རོ།། གཞན་གྱི་  
 དབང་གིས་གྲུང་དམན་པའི་གནས་སྤྱི་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དབང་སྤྱུག་ལ་སོང་བ་བཀག་  
 བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ།། གྲུ་མེད་པ་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་དང་དུས་དང་གནས་  
 སྐབས་ངེས་པ་མེད་པར་ཐམ་པར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ།། རྒྱལ་དམན་པར་གཉིད་  
 ཡོག་བ་ལྟར་བ་བཞེན་དུ་ཡང་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱ་རོག་དང་དུ་ལའི་ཚུལ་དུ་འགྲོ་  
 བ་ཡིན་ན་ངེས་པར་མངལ་ལ་སོང་བའི་གནས་ཡོངས་གྲུ་ལེན་པར་མི་རུང་པའི་ཕྱིར་  
 རོ།། །གང་སྤྱུག་པ་ལར་མི་ལ་སྐྱེས་པ་སྒྲིམ་པར་འགྱུར་རོ།། དེ་བས་ན་རང་  
 གི་ཉི་ཤར་མེན་བ་ཐོན་དུ་མོང་བ་ཅན་གྱི་སྐྱོ་ནི་ངེས་པར་དམན་པའི་གནས་ལེན་པར་  
 ཕྱིད་པ་དེ་ལྟར་ན་དེ་ངེས་པར་བྱས་ནས་ལེན་བ་ཡིན་ནོ།། ངེས་པ་ཐོན་དུ་མོང་  
 བ་ཅན་དམན་པའི་གནས་ལེན་བ་ཡང་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་གི་སྒྲིམ་འཕངས་མའི་མངོན་པར་  
 ཆགས་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་བ་དེ་ལྟར་ན་ཐེ་ཚོམ་ཟེ་བའི་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ།།  
 རིགས་མཐུན་པའི་ཉི་ཤར་ལེན་པ་ལ་རག་ལུས་བ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱོ་ཡང་འོག་ནས་ངེས་པར་  
 བྱ་བ་ཡིན་བ་ན་རེ་ཞིག་འདིར་བཞག་གོ། གང་གི་ཕྱིར་དམན་པའི་གནས་ལ་

མངོན་པར་ཆགས་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། མངོན་པར་ཆགས་པ་དེ་རྒྱ་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉེ་བར་བདགས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་བདེ་བའི་སྒོ་འི་མཚན་ཉིད་  
 ཅན་ཉིད་ཏུ་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་པའི་སྒོ་མངོན་པར་ཆགས་པ་ཡིན་གྱི། བདེ་བའི་སྒོ་ཉིད་ནི་  
 མངོན་པར་ཆགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། སྤྱག་བསྐྱེད་པ་བདེ་བའི་སྒོ་འི་རང་བཞིན་ཅན་དེ་  
 ཉིད་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་གནས་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ཡོག་པའི་སྒོ་ཡིན་ནོ། དེ་ནི་བདེ་བ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངལ་གྱི་གནས་དེ་ཉིད་ནི་བདེ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་ལྟ་བུར་རྒྱས་  
 བར་འབྱུག་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ནི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་གིས་སྒོ་འི་  
 རྒྱ་ཅན་ནོ། ཡང་དེ་ཉིད་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བདེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོང་བ་སྒྲོས་  
 དེ། ལུལ་གྱིས་ལུལ་ཅན་བསྐྱར་བའི་ཕྱིར་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བདེ་བ་དོར་བ་དང་  
 ཐོབ་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་བཟུང་བར་བྱའོ། དོར་བ་དང་  
 ཐོབ་པའི་རང་བཞིན་ནི་སྟེང་པ་མ་ཡིན་ནོ། སྟེང་པ་དེ་སྒོ་ནས་ཞེས་བྱ་བ་བདེ་བ་  
 དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐོབ་པ་དང་དོར་བའི་སྟེང་པ་དེ་སྒོ་ནས་བདག་ཏུ་ཆགས་པ་ཡང་.....  
 འཕངས་པ་ཉིད་ཡིན་དེ། དེ་མེད་པར་ལུལ་ལ་སྟེང་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ལྟོན་  
 བར་བྱེད་པ་ནི་སྒྱུར་བར་བྱེད་པ་སྟེ། ལས་དང་མ་རིག་པ་སྟེང་པ་ཡང་སྟེང་བུར་བ་  
 ཅན་ནི་ཀྱན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལྷང་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཕྱིན་  
 ཅི་ཡོག་པའི་སྒོ་སྒྲོས་པས་ནི་མ་རིག་པ་བསྐྱར་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། མ་འོངས་  
 བར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་འོངས་པའི་སྒྲེ་བར་རོ། ཅེསྟེ་གཞན་དག་གིས་ཀྱང་མ་མཐོང་  
 བ་དེ་ལྟར་ན་གདན་ཞོགས་གྱི་དོན་དེ་ཉིད་མ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་  
 དག་གིས་མ་མཐོང་ཞེས་བྱ་བ་དེ་གཞན་གྱི་ངེས་ཀྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། འགའ་  
 ཞིག་གིས་མཐོང་བ་ཉིད་ཏུ་འབྱུང་འོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྣམ་འབྱོར་པ་ལ་སོགས་

བས་སོ།། རྣམ་འབྱོར་བའི་སྤྱིད་པའི་ཚད་མས་འོག་ནས་བསྐྱབ་པར་འགྱུར་  
 རོ།། །ཡོད་པའི་ཐ་སྐྱོད་ལས་ཇེས་སྤྱོད་པའི་ཡང་བཤད་ཟིན་དོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི།། སེམས་ནི་རིགས་མཐུན་པའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལ་རག་ལྷན་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཚིག་གིས་འོང་བ་ཇེས་སྤྱོད་པའི་བཤད་ཟིན་དོ།། ཅི་འདྲའི་འཕེན་  
 བྱེད་ཡོད་འགྱུར་ན། །ཕྱིས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་བར་འགྱུར། །འཕེན་བྱེད་དུ་  
 འགྱུར་དེ་རྒྱ་མ་ཚང་བ་མེད་པའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱན་བས་འགྲོ་བ་...  
 ལ་ཇེས་སྤྱོད་པའི་བཤད་ཟིན་དོ།། དཔེར་ན་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ལྟ་བུར།།  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཡོ་བར་གྱུར་བའི་ངོ་བོ་གང་ཡིན་པ་དེའི་རང་བཞིན་ཉིད་ལ་གཡོ་  
 བས་ཀྱང་བ་ཡིན་ལ་འདི་ལ་དེ་མེད་པ་དེ་ལྟར་ན་ཀྱང་བར་བྱེད་པ་མི་དམིགས་པ་རོ།།  
 དེ་བཞིན་དུ་གཞན་དག་ལ་ཡང་སྤྱར་བར་བྱེད།། ཐམ་པའི་གདན་ཚིགས་ས་  
 ལྷུ་བ་ཅིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བང་ཞིག་གང་ལས་ཐ་དད་བས་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོར་བས་བཤད་བས་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཀྱང་བ་ལ་སོར་བ་ཡང་འག་པ་དང་ཐ་དད་...  
 བ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་བའི་གདན་ཚིགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ས་...  
 ལྷུ་བ་པ་ཡིན་ཅོ་དེ། ཀྱང་བ་ལ་སོགས་པ་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ།  
 གང་ཞིག་གང་གཡོ་བ་ནི་མི་གཡོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱུ་བ་དེ་ལྷུ་བ་པ་ལ་  
 བསྐྱབ་པ་ཡིན་དེ། ལག་པ་དང་ཀྱང་བ་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་པར་ཁས་ལེན་པའི་  
 བྱིར་རོ།། ཐ་དད་པར་གྱུ་བ་པ་ནི་ལྷུ་པ་ཐ་དད་པ་ཅན་ཉིད་དོ།། ཐ་དད་  
 པ་ཅན་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ།། ཞེས་བྱ་བ་ནི་སོ་སོ་ཉིད་དུ་གྱུ་བ་པར་འགྱུར་རོ།།  
 གང་ཞིག་གང་ལས་ཐུན་པ་ཅན་གྱི་ལྷུ་པ་ཐ་དད་པ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ནམ་མཁའ་ནི་...  
 ཐུན་པ་ཅན་ནོ།། དེའི་ལྷུ་པ་ནི་ཐུན་པ་ཅན་གྱི་ལྷུ་པ་དེ། གང་ཐུན་པ་ཅན་

གྱི་ཡུལ་ཐ་དང་པ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བར་ཆོག་ནས་པར་སྤྱར་རོ།། ནས་མཁའ་དེ་  
 ཡུལ་ཐ་དང་པ་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།། མ་བསྐྱིབས་  
 པ་ཡང་བསྐྱིབས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ།། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡན་ལག་གི་རང་བཞིན་  
 གཅིག་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།། ཇི་ལྟར་སྤྱར་དེ་མཐོང་བ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་ཇི་ལྟར་ཡན་ལག་མ་བསྐྱིབས་པ་མཐོང་བ་དེ་ལྟར་སྤྱོགས་གཅིག་གིས་བསྐྱིབས་  
 སྤྱི་ཅིན་ཀྱང་མཐོང་བར་འགྱུར་དེ། སྤྱོགས་གཅིག་གིས་བསྐྱིབས་སྤྱི་ཅིན་ཀྱང་  
 རྩོད་ཀྱི་གཞུང་གིས་ཡན་ལག་ཅན་མ་བསྐྱིབས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ།། ཡན་ལག་  
 ཅན་གང་ལ་ཡན་ལག་འཛིན་པའི་ཐབས་མཐོང་བ་དེ་ལ་དེ་སྟོན་ཅེས་བྱའོ། ། དེ་  
 བསྐྱིབས་པ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡན་ལག་བསྐྱིབས་པ་ནའོ།། ཡན་ལག་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་མཐོང་བ་སྟོན་པས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་གཤམ་དེ་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་མཐོང་བར་  
 འགྱུར་བ་དེ་འཛིན་ཆོ་འགན་ཞིག་གིས་ཆོ་ཡན་ལག་ཅན་ཡོངས་སྤྱི་བཅད་པར་མི་འགྱུར་  
 རོ།། ཁྱེད་དབྱུགས་དང་ཐ་མའི་གཅིག་ཅར་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ།། ཡན་ལག་  
 ཅན་མཐོང་བར་ཡང་ཁས་ལེན་པ་དེ་བས་ན། ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་མི་མཐོང་  
 བ་ཅན་དེ་ཉིད་ཁས་སྤྲང་བར་བྱའོ།། དེ་ལྟར་ན་སྤྱོགས་གཅིག་བསྐྱིབས་པས་ཀྱང་  
 མ་ལུས་པ་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ།། གཤམ་དེ་དུལ་གཉིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 བ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོགས་སྤྱི་མའི་དོགས་པ་བསྤྱི་བའོ།། སྤྱར་  
 དབང་བོ་ལས་འདས་པ་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་ཆོད་པའི་གནས་སྟབས་ནའོ།། སྤྱར་  
 བཞིན་ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ། དབང་བོ་ལས་འདས་པའི་གནས་སྟབས་  
 ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།། འདི་ནི་གཏན་ཆོགས་གཅིག་ཡིན་ནོ།། སྟོན་  
 ཅིག་མ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་སྟོན་བྱུགས་ནས་འདི་སྟོན་དུ་སྤྱི་བྱེད་ཅེ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་དེ།

གཏན་ཚིགས་གཉིས་པ་ཡིན་ནོ། རྒྱལ་ཕྱོགས་ཡོན་དེ་དང་དེ་དག་ཅི་ལྟར་  
 རྒྱར་རྒྱལ་ཕྱོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ཚིགས་སྤྱི་ཅིན་ཀྱང་རྒྱལ་ཕྱོགས་ཉིད་ཡིན་  
 བོ་ཞེས་བྱ་བར་སྒྱུར་རོ། གཏན་ཚིགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དབང་པོ་ལས་འདས་  
 པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། མི་རྟོགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མདོ་ཡོན་ནོ། འདི་ལོ་བཤད་པ་ནི་  
 འགའ་ཤིག་གིས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལོ། མི་ལྷས་ཤིང་སྤར་གྱི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ལས་འཕོས་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤར་གྱི་གནས་སྐབས་སྤར་འགྲུབ་པ་ཅན་མི་  
 ལྷས་པ་ནི་སྤར་གྱི་ངོ་བོ་ལས་འཕོས་པ་མེད་པ་གང་ལ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བར་ཚིག་ནས་  
 བར་སྒྱུར་རོ། སྤར་པ་དང་ཕྱི་མ་ཞེས་བྱ་བ་མི་དང་པོ་དང་གཟུགས་པ་དག་ཅེས་བྱ་  
 བའི་དོན་དོ། རྒྱལ་ཕྱོགས་རབ་ལྗོངས་ཅིག་མ་ཉིད་ཡིན་པ་འདི་ཕྱིར་སྤར་ལྷས་པ་མེད་  
 པ་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་འདི་རྒྱན་དང་སྤར་པ་ལས་གནས་སྐབས་དེ་ནི་སྤར་པ་སྤྱི་བ་གཞན་  
 ཉིད་ཡིན་དེ། དེས་ནི་གཏན་ཚིགས་དང་པོ་མ་གྲུབ་པ་བཤད་དོ། ལྷས་པ་ཕྱི་  
 པ་གཞན་ཉིད་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་མི་ཕྱི་མ་ཡང་དོ། རྒྱལ་ཕྱོགས་རབ་དབང་  
 པོ་ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་གཏན་ཚིགས་གཉིས་པ་མེ་གྲུབ་པར་  
 བསྟན་དོ། སྤྱི་བ་བྱེད་ནི་མཐོང་བའི་ཐབས་ལ་བསྐྱེད་སྤྱོད་གཞན་གཞན་གྱིས་བར་  
 རྒྱ་བཅད་པ་ཉིད་དོ། ཐོགས་པ་ནི་རང་གི་ཡུལ་དུ་གཞན་འབྱུང་བའི་ཐོགས་བྱེད་  
 བའོ། དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་ལོ། དེ་  
 ལྟར་ན་གསེར་དང་དབྱུང་ཆ་འདི་རྒྱལ་ཕྱོགས་རབ་རྣམས་དང་། རྒྱལ་ཕྱོགས་ཆ་ཅན་ཆ་ཅན་  
 ཚོད་པའི་ཕྱིར་དེ་ཞིག་སྤར་བཅུམས་པ་འདི་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྩམ་འདིག་པར་འགྲུབ་  
 ལོ། གསེར་དང་དབྱུང་ཆ་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་ཅན་གཞན་ཅོམ་པར་བྱེད་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་དེ། རིགས་མི་མཐུན་པ་རྣམས་ནི་རྩམ་པ་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་འདི་ཕྱིར་

རྒྱུ་ལྟར་འདྲིས་པར་གྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མན་ཆུན་ཀླུ་མ་པར་འདྲིས་པར་གྱུར་པའོ།  
 དེ་ལྟར་ན་ལྷན་པ་སྤྱིད་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷར་བཞིན་དུ་སྤྱིས་ཀྱང་ལུས་པ་མེད་པ་  
 ཡིན་ན། དེ་བས་ན་ཀླུ་མ་པར་ཤེས་པའི་ཇི་ལྟར་ན་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་  
 རི་ལྷག་མའོ། སྤང་དེ་ཚྲིགས་པ་ཀླུ་མ་ནི་སྤྱི་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་ན། སྤང་  
 བ་དེ་ཉིད་ཀྱང་འཐད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་བྱེད་པ་པོར་མི་འགྱུར་དེ། བྱེད་  
 བ་པོར་ཡང་འདོད་པ་དེ་བས་ན་ལྷན་པ་སྤྱིད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ལྷན་པ་  
 ཡིན་ནོ། ཇི་ལྟར་ན་རོ་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགའ་  
 ཞིག་བདུང་བ་ཞེས་པོ་དང་། གཞུགས་པ་ཟང་པོ་དང་དེ་ཞིས་པོ་ཅན་ཞེས་  
 བ་སྤྱད་དུ་བྱེད་པ་ལས་བདུང་བ་རོ་དང་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་དང་ལྷན་པ་བྱེད་པ་  
 ལ་སོགས་པའི་གཞུང་ལ་མེད་ཅིང་། བྱ་རྩམ་ལ་སོགས་པ་རྒྱལ་མི་མཐུན་  
 བ་འདྲིས་པ་ལས་ཀྱང་སྤར་བྱི་ཡན་ལག་ཅན་ཞིག་པ་ན་རྒྱལ་མི་མཐུན་པ་ཀླུ་མ་  
 ཀྱང་འབྲས་བུའི་རྩམ་ནི་ཙྏམ་པའི་ཕྱིར། བདུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡན་ལག་  
 ཅན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་སྤྱི་གཤེད་དང་བྱ་རྩམ་ལ་སོགས་པ་སྤང་བ་ཉིད་  
 བདུང་བ་ཡིན་ལ། ལྷན་པ་ཡང་ཙྏམ་གྱི་དོན་ཡོན་དཔ་ཡིན་ནོ། དེ་བཞིན་  
 དུ་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ཀྱང་པོ། ཡོན་དཔ་ཀླུ་མ་ལ་ཡོན་དཔ་མེད་  
 པར་འདོད་པ་དེ་ལྟར་ན། བདུང་བའི་རོ་དང་གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་ལྷན་པ་  
 ཡིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། བདུང་བ་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་དང་མི་ལྷན་པ་བསྐྱན་  
 ཀས་དེ་ནི་བདུང་བ་ལ་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་དམིགས་པ་ཀླུ་མ་གཞན་གྱི་གཞུང་གིས་  
 མི་འཛིན་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱན་པའི་ཕྱིར། དུ་ལ་སྤན་ཀླུ་མ་གྱི་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་

ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་པ་སྟེ།     དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞེས་གཞུགས་ལ་དེ་དག་པདུང་  
 བ་དང་ལྷན་པ་ཅན་མ་ཡིན་དེ།     ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་སོན་ཏན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ།  
 བྱ་རམ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་ཡང་མ་ཡིན་དེ།     དེ་དག་གི་ལྷན་པ་ཞེས་པས་  
 འཇིག་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ།     དེ་ལ་རིགས་མི་མཐུན་པ་དང་འབྲས་པའི་རྒྱལ་ཕྱ་  
 རབ་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ལས་པར་འགྱུར་རོ།     རྒྱལ་  
 ཕྱ་རབ་དེ་དག་གིས་འབྲས་བྱ་ཙོམ་པ་ཡང་མ་ཡིན།     གང་ལ་རྒྱུར་གདོགས་པའི་  
 གཞུགས་ལ་སོགས་པས་བཅས་པའི་འབྲས་བྱ་འཇིགས་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་  
 བར་འགྱུར་རོ།     དེ་ཉིད་ནི་རིགས་མི་འབྲ་བས་ཆོད་པའི་སྤྱིར་འབྲས་བྱ་ཙོམ་  
 བ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་སོ།     འོན་ཀྱང་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་དུ་གདོགས་པའི་  
 གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་ན་གཞུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།     དེའི་སྤྱིར་  
 བདག་ཉིད་ཀྱང་དབང་བོ་ལས་འདས་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་དེ།     དེ་ལྟར་ན་  
 གཞུགས་ལ་སོགས་པ་འཇིག་པ་མ་ཡིན་དེ།     དེའི་དེན་ཤིན་དུ་སྒྲིམ་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་  
 ཀྱི་སྤྱིར་རོ།     ॥

རྒྱུ་ལི་ཐ་དང་ཡོད་ཆུ་མྱེ། དངོས་དང་ཉི་བར་བརྟགས་པའི་ཤེས་པའི་ཐ་དང་  
 པ་ཡོད་དུ་ཆུག་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། སྤྱོད་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 ལ་དངོས་དང་ཉི་བར་བརྟགས་པའི་ཆོས་གཅིག་གང་ལས་ཡོད་པ་དེ་ལ་ནི་དངོས་དང་  
 ཉི་བར་བརྟགས་པ་དེའི་ཆོས་ཅན་ནོ། ཤེས་པ་གང་ལ་དངོས་དང་ཉི་བར་བརྟགས་  
 པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པ་དེ་ནི་དེའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ནོ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ཡང་དེ་  
 ཡིན་ལ། ཤེས་པ་མཚུངས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཆོག་ནས་པར་སྦྱར་རོ། དེའི་  
 ཡུལ་ནི་དེ་དག་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་རོ། ཤེས་པ་མཚུངས་པའི་ཡུལ་ཉིད་  
 ལ་དངོས་མ་ཡིན་པ་དང་ཉི་བར་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 རྒྱལ་བ་ཡིན་ལ་དེ་དང་འགལ་བ་ཡང་དངོས་དང་ཉི་བར་བརྟགས་པ་དེའི་ཆོས་ཅན་  
 ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དཔག་པས་པའོ། དེ་ནི་བདག་ཉིད་  
 ཡོན་ཏན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་བ་ནི་གངས་དང་ལྷན་པ་ལ་ཡོན་ཏན་ཉིད་དུ་ཁས་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། གང་ལ་འདྲ་བ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དེ། དང་བ་ནི་བྱ་རེ་རེ་ལ་  
 དང་བར་གྱུར་པའི་རིང་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། བརྗོད་པ་དག་ལས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་གངས་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་པར་བྱེད་པའི་སྒྲ་ལས་སོ། ཐ་དང་  
 པ་མེད་པའམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྦྱབ་པའི་ངོ་བོ་འི་སྒོ་ནས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་.....  
 བོ་འོ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་གཉིས་པ་ལ་བཞུམ་ནས་ནི་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་དཔེ་ཡིན་ནོ། །  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་བོ་ལ་བཞུམ་ནས་ནི། གཞུགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་



བོ། །ནམ་གྲངས་སྤྱེད་ཤིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་གཞུགས་ལ་སོགས་  
 བའི་ལུལ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དོ། །དེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་སྒྲོམ་པས་ནི་སྒྲུབ་རྒྱུ་ཡོད་པོ། །སྒྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དང་པོའི་ཆོད་  
 བཞིན་པའོ། །དངོས་པོ་ཐ་དད་རྗེས་སྤྱེད་ཤིང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཐ་དད་པ་ནི་  
 བཞུན་མེད་པའོ། །འདི་ཉིད་ཀྱི་བཤད་པ་ནི་སྤྱད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 ཡིན་དེ། སྤྱད་པ་ནི་དངོས་པོ་དངོས་པོ་བཞུན་དང་འབྲེལ་བའོ། །དེ་ལས་  
 རྗེས་པ་ནི་མ་འབྲེལ་བའི་གནས་སྐབས་སོ། །དེ་ཙམ་གྱི་ལུལ་ཅན་ནི་ཤེས་པ་  
 བཞིན་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དག་པར་ཐུན་པའི་དངོས་པོ་ལས་རྗེས་པ་སྤྱད་པ་འཆད་  
 བར་འབྲུང་བའི་དངོས་པོ་ལ་བདེན་ནས་ཐུན་པའི་ནུབ་པར་རྟོག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་བཞུན་དག་ལ་ཡང་སྤྱད་དོ། །དེས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྗེས་པ་འཆད་པར་  
 བྱེད་པས་སོ། །དེ་ལྟར་ཀུན་དུ་རྟོག་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཞིན་པ་སོགས་པར་རྟོག་  
 བའི་ཡོད་པོ། །དེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞུགས་པ་སོགས་པ་ལ་ཡོད་པོ། །ཡོན་ཏན་  
 དུ་བཤད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་མིང་ཅན་ནོ། །དང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་རྗེས་ནི་  
 རྒྱུད་པར་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་གྲངས་ལ་སོགས་པ་ལ་གང་གིས་རྒྱུད་པར་དུ་བྱས་པ་དེ་ནི་  
 རྒྱུད་པར་ཡིན་ནོ། །གལ་དེ་ཐ་དད་པའི་རྒྱུད་པར་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་དོ། །  
 དེ་ནི་གང་ལ་ཐ་དད་པའི་ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འཆད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་  
 བཞིན་ཉིད་དེས་བས་འཇུག་པ་ཤེས་པ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་བརྗེས་པ་མེད་པས་  
 འཇུག་པ་ཅན་ནོ། །དེ་འདྲ་བའི་ཉེ་བར་བདགས་པ་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྲངས་  
 ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྐད་འཇུག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་འདྲ་བ་ཉེ་བར་བདགས་པའི་མི་  
 འགྱུར་དོ། །ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། །ཡོན་ཏན་ནམས་ལ་ཡང་ཤེས་པ་

གཅིག་ལ་སོགས་པ་བརྟེན་པ་མེད་པས་འཇུག་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། རེ་  
 ཉིད་ནི་གཞུགས་གཅིག་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་སོ། བྱངས་ལ་  
 སོགས་པ་ཐ་དང་པ་སྟེ། བརྟེན་པའི་ཆོས་དང་ལྷན་པ་འདི་ལ་ཡོད་པས་ན་  
 བྱངས་ལ་སོགས་པའི་ཐ་དང་པ་འདི་ཆོས་དང་ལྷན་པ་ཅན་གྱི་འོ། ལྷ་ལ་སོགས་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིག་བྱ་དང་། གཞུགས་དང་རོ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། སངས་  
 བྱམ་བའི་ནི་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་འདི་བརྟེན་ཉིད་ཅན་ཡིན་ནོ།  
 རོན་གཅིག་གི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པ་འཇུག་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཅིགས་གཅིག་གོ། རོན་  
 ཐ་དང་པའི་སྤྱི་མཚན་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་པའོ། རེ་ལག་  
 གི་ནམ་བྱངས་ཡིན་པ་འཇུག་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱུ་བ་པར་བྱ་བ་གཅིག་གོ། རོན་ཐ་  
 དང་པའི་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་པའོ། བསྐྱུ་བ་པར་བྱ་བ་  
 དང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་དང་པོ་ཞེས་བྱི་གཏན་ཅིགས་ཡིན་པར་སེམས་ཏེ། ནམ་  
 བྱངས་སུ་ནམ་པར་བཞག་པའི་ནི་རོན་གཅིག་པའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཡུལ་ཅན་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། བསྐྱུ་བ་པར་བྱ་བ་གཉིས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱབ་པར་བྱེད་  
 པ་མེད་སོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རོན་ཐ་དང་པའི་ཡུལ་ཅན་དུ་ནམ་པར་བཞག་  
 པ་ལ་རོན་ཐ་དང་པའི་སྤྱི་མཚན་ཅན་གྱི་ཁྱབ་པ་ཡིན་ལ། རེ་འདི་ལ་མེད་པ་  
 རེ་ལྷ་ན་ཁྱབ་པར་བྱེད་པའི་མི་དཔེ་གསལ་བ་ལྷ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་འཐད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 དགག་པའི་སྟོན་སྐད་ལྷ་དང་པའི་སྤྱིར་རོ། རོན་གཅིག་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ཞེས་  
 བྱ་བའི་སྐྱུ་བ་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་སྐྱུ་བ་པའི་སྟོན་སྐད་ལ་མི་ལྷ་དང་ཁྱབ་པར་བྱེད་  
 པ་མི་དཔེ་གསལ་བ་ཡིན་ནོ། འགལ་བ་དཔེ་གསལ་བ་ཡིན་པར་རིགས་ཏེ། རོན་  
 གཅིག་པའི་ཡུལ་ཅན་དང་རོན་ཐ་དང་པའི་ཡུལ་ཅན་དག་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན།

ཇི་ལྟར་མྱོད་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པ་འཕྲོ་ཕྱོད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཐལ་བ་  
 དང་བཞུག་པའི་ཐལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ལྷུང་གཅིག་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ཡང་ལྷུང་ཅན་  
 གཅིག་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་ནི་ལྷུང་གའང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཐལ་བ་ལ་མ་ཇེས་་་  
 བའི་མ་ཡིན་ནོ། ལྷུང་གའང་ཉིད་མ་ཡིན་ན་ཡང་ཐལ་བ་མེད་པའི་ལྷུང་  
 ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བཞུག་པའི་ཐལ་བ་ལ་མ་ཇེས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ཐལ་  
 དང་ཅེས་བྱ་བའི་མདོ་ཡིན་ནོ། འདིའི་བཤད་པ་ཉིད་ཐལ་དང་པའི་ལྷུང་ཅན་  
 ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། མདོ་མཛོད་པ་ནི་ཐལ་དང་པ་ཅན་དུ་བཞེད་པོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དོན་དོ། གང་དག་དོན་གཅིག་གིས་ལྷུང་ཅན་ཡིན་པ་འཕྲས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་ཐལ་བ་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་དེ། གཅིག་ལ་  
 སོགས་པའི་སྐྱེ་ལྷུང་མ་ཉིད་ཅན་གཅིག་པའི་ལྷུང་ཅན་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དོ། དེ་  
 བས་ན་སྐྱེ་ལྷུང་མ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་དེ་དག་ནི་ཐལ་དང་པའི་ལྷུང་ཅན་ཡིན་དེ་་་  
 ཞེས་བྱ་བའི་ཞུག་པའི་ཐལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱུབ་པ་ཡིན་དེ། ཞུག་  
 པའི་ཐལ་དང་ཐལ་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་ལྷུང་མ་དོན་ཐལ་དང་པའི་ལྷུང་ཅན་ཉིད་་་  
 གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དོ། ཞུག་པའི་སྐྱེ་ལྷུང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་ཤིས་ཀྱང་ལས་ཉིད་  
 མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཞུག་པ་ཁས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ། དེ་བས་ན་ཞུག་པའི་  
 སྐྱེ་ལྷུང་དེ་དག་ལྷུང་པར་བཞག་པར་བྱའོ། འདིས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཕྲས་མ་  
 ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་པར་དགོད་པས་སོ། མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེས་ནི་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱུབ་པ་གཞུང་དོ། མ་གྲུབ་པར་ཡང་  
 ཐལ་བ་ཞུག་ན་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ཇི་ལྟར་ན་ཉིད་པར་དགོད་པ་  
 འདིས་ཀྱང་མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པའི་གཞུང་བཅུགས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཞུག་པ་ཐལ་

དང་པའི་སྤྱིར་ཐ་དང་པའི་དོན་ཅན་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་སྟོན་པའི། རི་ལྷན་ལས་མ།  
 ཡིན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་ཐོག་པ་ཐ་དང་པའི་སྤྱིར་ཐ་དང་པའི། རིན་ཅན་ཡིན་  
 པ་དེ་ལྷན་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་ཡང་ཡིན་ནོ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱིར་སྤྱིར་མ་  
 ཡིན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་དོན་གཅིག་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ན་ཡང་རྣམ་གྲངས་མ་ཡིན་  
 པར་འདོད་ཅིང་། རྣམ་གྲངས་ཡིན་ན་ཡང་དོན་ཐ་དང་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པ་  
 དེ་ལྷན་ན་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། རྣམ་གཞན་རྣམ་པར་གཏོང་བར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་ཅན་དེ་ལ་རྣམ་པར་གནས་པའི་རྣམ་རྣམས་སྟོ་པར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། དེ་ལྷན་ན་བུམ་པའི་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 འདི་ལྷན་པའི་སྒྲ་སྤྱིར་བཤད་པའི་སྤྱིར་བཤད་པ་སོགས་པ་སྤྱངས་ནས་རྣམ་རྣམས་  
 གཞན་དང་བར་མ་ཆོད་པ་ཅས་སྟོ་པར་བྱེད་དོ། དོན་གཅིག་པའི་དྲུང་དོན་  
 དམ་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུའོ། རྣམ་པ་གཉི་ག་དག་གི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 བྱེད་པར་གཞན་སྟོང་པ་དང་། མི་སྟོང་པ་དག་གིས་སོ། སྤྱིར་པའི་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་རྣམ་ཅན་པའི་དྲུང་པར་བྱེད་པ་དག་ལ་ལོ། རྣམ་པ་པའི་དྲུང་པར་བྱེད་  
 པ་དག་ཅས་བྱ་བ་ནི་བུམ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་དོ། དེ་ནི་གཞུགས་པ་སོགས་  
 པའི་རྣམས་པ་ཐུ་ལ་སོགས་པ་འདི་པར་བུམ་པ་ཉིད་ལ། བུམ་དེ་མེད་ཡང་  
 པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དུ་བདར་བུས་པ་ཡིན་གྱི། ཡན་ལག་ཅན་གྱིས་རྣམ་ཉི་མ་ཡིན་དེ།  
 དེ་ནི་སྤྱིར་བཤད་ཟིན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་དོ། མོ་རྩེ་ངེས་པ་ནི་དཔེར་ན་མིག་གི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། གཞུགས་ནི་འབྲས་བྱ་མིག་གི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་བྱེད་པར་བུམ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྤྱིར་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བྱེད་  
 པར་བུམ་པ་ཡིན་ནོ། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་དག་གིས་ཡང་རང་གི་རྣམ་པར་ཤེས་

བ་ལ་བཟློས་ནས་བཞུད་པར་བྱའོ། སྤངས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་བཞུད་པ་ཅེས་  
 བར་རོ། དེ་འབྲས་མཚུངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། བྱས་པ་འི་  
 དབྱིབས་ཅན་གཞུགས་ལ་སོགས་དེ་དག་གི་འབྲས་བྱ་མཚུངས་པ་གང་ཡིན་དེའི་གྲུ་  
 མིན་པ་སྟེ། ཤིང་ལ་སོགས་པ་འི་དབྱིབས་ཅན་གྱི་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་ནམས་  
 གཅོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་འཇུག་པར་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། དེ་ཉིད་ནི་ཇེས་  
 ཏུ་མ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སེང་པར་བྱེད་དོ། ཇེས་ཏུ་མ་ཡོད་ན་ཡང་  
 རྩེ་གཞུགས་དང་རྩེ་ལ་སོགས་པ་འི་ཇེས་ཡོད་ན་ཡང་རོ། གལ་ནེ་བྱས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་འི་སྒྲ་ཚོགས་པ་བཞུད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པ་དེ་བས་ན་ཏུ་མ་འེ་ཡུལ་ཅན་ཉིད་  
 ཡིན་པ་འི་སྤྱིར་ཚིག་གཅིག་པར་མི་འགྱུར་ངོ་ཞེ་ན། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་དེ། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་འི་རདག་ཉིད་ལུ་ལ་  
 ཏུ་བྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པ་འི་སྤྱིར། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་འི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ལུས་  
 བ་ཡང་ཏུ་མ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བྱ་གཅིག་ཀྱིས་  
 བ་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཁ་ཅིག་བཞུད་དོ། བྱས་པ་འི་སྒྲ་སྤྲུལ་བྱ་ལ་ལ་  
 སོགས་པ་འི་ནམ་པར་གཤམ་པ་བྱེད་པ་འི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་སོ་སོང་ངེས་པ་འི་དོན་  
 སྟོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་བཞུད་པ་འི་ངང་ཚུལ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་དོན་སྟོང་བ་.....  
 བཞུད་པ་ཅན་དེ། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་འི་སྒྲ་ནམས་སོ། ར་དག་དང་  
 རྩན་ཅིག་བྱས་པ་འི་སྒྲ་གཞི་མཐུན་པ་མེད་པ་འི་སྤྱིར་རོ། རིགས་མེད་དུ་བ་  
 བཞུད་པ་འི་སྤྱིར་རིགས་བཞུད་པར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་ཤིང་གི་ཁྱད་པར་  
 ཤིང་ག་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཤིང་མ་ཡིན་པ་ནམ་པར་གཅོད་པ་ཅན་ནམ་པར་གཅོད་  
 བ་ཡིན་པ་འི་སྤྱིར་རོ། དེའི་ཁྱད་པར་གི་སྟོང་བ་འི་སྒྲ་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤིང་

གི་ཁྱད་པར་གིང་ག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་འདོད་བ་མེད་པར་རྟོ།། དེ་བས་  
 རི་གིང་གི་སྒྲ་དོན་ཡོངས་སུ་མ་སྤངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གིང་ག་པའི་སྒྲ་རྩོད་པར་  
 བྱད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གིང་ག་པ་གིང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་གཞི་མཐུན་པར་འགྱུར་  
 རོ།། །རིགས་དང་ཚོགས་པ་རྫོང་བྱད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། རི་པ་  
 གྱི་སྒྲ་ནི་རང་གི་ཁྱད་པར་མི་སྤོང་བ་ཡིན་ལ། ཚོགས་པའི་སྒྲ་ནི་སྤོང་བ་ཡིན་ནོ།།  
 བྱམ་པའི་སྒྲ་ཡང་བྱམ་པའི་ཁྱད་པར་ལ་བརྟེན་ནས་རིགས་རྫོང་པར་བྱད་པ་མ་ཡིན་  
 བས། ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་རིགས་དང་ཚོགས་པ་བརྫོང་བྱད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་སྒྲོས་དེ། གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་ཚོགས་པ་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཡིན་གྱི་ཚོགས་པའི་ཁྱད་པར་ལ་བརྟེན་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།། །  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་ཚོགས་པའི་སྒྲ་ཉིད་དང་གཞི་མཐུན་པ་མེད་  
 པར་སྤར་བ་གད་ཟེན་དོ་ཞེས་བརྟན་པའི་ཕྱིར་དེས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་སོ།།  
 ཐད་དང་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་རིགས་རྫོང་པར་འདོད་བ་ཉིད་འདོད་དོ་ཞེ་ན། བྱམ་  
 པའི་ཚུ་བརྫོང་བ་དེ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་དེ། གསར་པ་སོགས་  
 པའི་གནས་སྐབས་ཅན་གྱི་གཞུགས་ལ་སོ་ས་པ་བྱམ་པའི་རྣམ་པར་གནས་པའི་...  
 རོགས་པའི་ཁྱད་པར་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱམ་པ་བརྫོང་བ་ཡིན་དེ། ཐམས་ཅད་  
 ལ་བྱམ་པ་མ་ཡིན་པར་རྣམ་པར་བཅད་པ་ལྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་ཚོགས་པའི་  
 ཁྱད་པར་རྣམས་མི་སྤོང་བས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་རིགས་རྫོང་པར་བྱད་པའི་བྱམ་པའི་སྒྲ་...  
 དེས་ཚོགས་པའི་ཁྱད་པར་རྣམས་མི་སྤོང་བས། ཚོགས་པའི་ཁྱད་པར་བརྫོང་པར་  
 བྱད་པ་གསལ་ལས་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་དེ་དག་དང་ལྟན་ཅིག་གཞི་མཐུན་པ་ཉིད་  
 ཏུ་འགྱུར་རོ།། ཚོགས་པའི་སྒྲ་ཐམས་ཅད་ཚོགས་པའི་ཁྱད་པར་ལ་བརྟེན་ནས་

རིགས་ཀྱི་སྐར་འབྲུང་རམ། འོན་ཏེ་མ་ཡིན་ཞེ་ན་ཚོགས་པ་འི་སྐར་ཉི་མ་པ་  
 གཉིས་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། རང་གི་ཚོགས་པ་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞུགས་དང་འི་དང་རོ་ལ་སོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སོ། དེས་ནི་  
 དེ་སྟོང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་འོ། རྒྱལ་སྐར་པ་  
 གཅིག་པ་ལ་ཡང་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་འི་སྐར་འབྲུག་པ་འི་ཕྱིར་ཚོགས་པ་འི་བདག་  
 ཉིད་མ་ཡིན་པ་འི་ཇམ་ལ་འབྲུག་པ་ཉིད་འགལ་བ་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། འགའ་  
 ཞིག་གི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་འི་སྐར་འོ། ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ལ་བརྟེན་  
 ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་གི་ཚོགས་པ་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོགས་པ་འི་སྐར་འོ་འོ་འོ་  
 ཚོགས་པ་འི་ཐ་དང་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོགས་པ་འི་སྐར་འོ་ཚོགས་པ་འི་ཐ་དང་ལ་བརྟེན་  
 ནས་རིགས་ཀྱི་སྐར་ཡིན་ནོ། གཉི་གཉི་འོ་འོ་ནི་རིགས་དང་ཚོགས་པ་མཆོད་པར་  
 ཕྱོད་པ་འི་སྟོན་ནས་སོ། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་འི་དེ་དག་གི་སོ་སོར་ངེས་པ་འི་  
 རྒྱས་པ་འི་ཁྱད་པར་ནི་འབྲས་བུ་མིག་གི་ནམ་པར་ཤེས་པ་འི་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་  
 སོ་སོར་ངེས་པ་འི་འོ་འོ་ཅན་གྱི་བྱམ་པ་འི་གནས་སྤྱུ་བྱུ་བ་པེ་འདྲ་བ་འབྲས་བུ་ཆུ་  
 འཛིན་པ་ལ་སོར་བ་དེ་འདྲ་བ་ལ་བྱམ་པ་འི་ཞེས་བྱ་བ་འི་ཁྱད་པར་འདིས་སྟོན་པར་  
 ཕྱོད་དོ། ཇི་སྟེན་ཏུ་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ཆུ་ལ་འཛིན་པར་རྒྱས་པར་སྟོན་པ་དེ་  
 སྟེན་ཏུ་བྱམ་པ་འི་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་པ་མཆོད་དོ། དེ་ཉིད་ཤེས་པ་པར་  
 བྱ་བ་འི་ཕྱིར་འོ། བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་དེ། གཞུག་  
 ལ་སོགས་པ་འི་བདག་ཉིད་གང་ལ་མིག་གི་ནམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་འི་འབྲས་  
 བུ་སོ་སོར་ངེས་པ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྟོན་ཅེས་བྱ་འོ། དེ་ཏུ་མ་འི་བདག་ཉིད་ཅན་  
 ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཅན་དན་དང་བྱང་ཀུམ་ལ་སོགས་པ་ཐ་དང་པ་འི་ཞེས་བྱ་

བའི་དོན་དོ། དེ་དག་ལས་གཅིག་མེད་ན་འབྱུང་བ་ལས་ཏུ་མའི་འབྲས་ཕྱ་མ་  
 ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་བ་ནི་མ་ལུས་པའི་འབྲས་ཕྱ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན། བྱུང་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་  
 བའོ། དེ་ནི་མ་ཡིན་དེ་མང་པོ་དག་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། རིམ་བྱིས་  
 མིག་གིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར་བོ། དེ་  
 བས་ན་རིམ་བྱིས་མ་ཡིན་པར་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱིས་འབྱུང་བ་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་སྟེ། འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་བྱིས་དང་འདྲ་བར་སྒར་ཡང་བྱེ་བྲག་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 ཕྱིར་བོ། འབྱུང་བ་ནི་འདོད་ན་འབྱུང་བ་ཁྱད་པར་མེད་པར་ཅན་དག་རིམ་བྱེད་  
 བཞིན་ཏུ་འབྱུང་བ་ཅན་གྱི་རྣམ་ཅིག་བྱེད་པ་གནས་སྐབས་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་  
 གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། དའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་པོ་རིམ་བཞིན་ཏུ་འབྱུང་བ་  
 ཅན་གྱི་གནས་སྐབས་གཞན་དག་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་དེ། རིམ་བྱིས་མ་ཡིན་པར་  
 བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བར་སྒྲུབ་དེ། གནས་སྐབས་གཞན་ཡང་འབྱུང་བའི་འབྲས་ཕྱ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་བོ། དབུགས་འབྱུང་བ་དང་རྒྱུ་བ་དག་ཀྱང་ཏུ་མ་ཉིད་ཏུ་མཚུངས་  
 ཉིད་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབུགས་འབྱུང་བ་དང་རྒྱུ་བ་དག་ཀྱང་། རྒྱུ་གི་རྒྱུ་པ་  
 སྤར་བ་ཏུ་མའི་པདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་མོ། ཅེ་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིར་དེ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་འཆུག་པ་དང་འབྱུང་བར་རིམས་ཀྱིས་ཡོ་ས་སྒྲ་གཙོད་པའི་ཕྱིར་གཅིག་ལ་  
 རིམས་ཀྱིས་འཛིན་པར་རིགས་བས་ཡིན་མོ། སོགས་བའི་རྣམ་ནི་བྱིས་པ་བརྟེན་པས་  
 བ་ལ་སོགས་པ་གཞུང་ངོ། གལ་དེ་ཏུ་མ་གྱུ་མེན་ཞེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་ལ་རྣམ་པ་ཡོད་པ་ཡིན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེར་  
 བ་བསྐྱ་བ་ལ་ལན་བདེ་བ་ཟིན་པ་མ་ཡིན་ནམ། བདེན་དེ་སྒར་ནི་འགྲེལ་བ་བྱེད་



བའི་ཡིན་ལ་དེ་ནི་མཛོད་བརྒྱན་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་པར་རྟོ། ། གནས་  
 སྐབས་ཀྱི་མའི་བྱུང་པར་གཏེ་བྱ་བར་ཉུས་པ་མེད་པ་ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདྲིར་...  
 དཔེ་ཉིད་དུ་མཛོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་ན། རིམ་གྱི་འབྱུང་པ་ལ་གོ་རིམ་ཅན་གྱི་སྐྱེ་  
 ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་པ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་བ་ཡང་རིམ་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེ་ཉིད་ཡིན་  
 པ་དེ་རྒྱར་ན་བྱུང་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པ་རྟོ། ། སྐྱུང་པའི་གནས་  
 སྐབས་ཀྱི་བྱུང་པར་དང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམས་དབྱེ་  
 པ་རྟོ། ། སོགས་པའི་རྣམས་ནི་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་ངོ། །  
 སྤྱིས་སྤྱེད་པར་བྱེད་པར་བྱུང་པར་མེད་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱིས་སྤྱེད་པར་བྱེད་པའི་.....  
 རང་བཞིན་དེ་ལས་བྱུང་པར་མེད་པ་འབྱུང་པའི་བདག་ཉིད་ཅེས་བྱ་བར་སྦྱར་ན། །  
 དེའི་འབྲས་བུ་ཉིད་ལ་དེ་ཡོད་ན་འབྱུང་པས་བྱུང་པ་ཡིན་ལ། དེ་མེད་པ་དེ་  
 རྒྱར་ན་བྱུང་པར་བྱེད་པ་མི་དམིགས་པ་རྟོ། ། རིམ་རྒྱར་གཅིག་གི་སྐྱེ་མཚན་གྱི་  
 ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེད་པ་སྟོན་ན་འབྱུང་པ་ཅན་གཅིག་གི་སྐྱེ་མཚན་ནི་གཅིག་གི་  
 སྐྱེ་མཚན་ནོ། ། རིམ་རྒྱར་དུ་བཤད་པའི་སྟོན་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རིམ་  
 ཅན་རྣམས་པར་ཤེས་པ་མང་བོས་འབྱུང་པའི་སྟོན་གྱིས་དེ། དབྱུགས་འབྱུང་པ་  
 གཅིག་ཉིད་ཡིན་པར་དོག་ན་སྟོན་འདྲིར་འགྱུར་ངོ། ། གལ་དེ་འབྱུང་པ་མང་སྐད་  
 ཅིག་ཁྱེད་པོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། དེས་ནི་དབྱུགས་འབྱུང་པ་བདག་  
 ཉིད་གཅིག་ལ་གཞོད་པ་ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་རིམ་གཞིན་འབྱུང་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་རིམ་རྒྱར་དུ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། ། སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་འགའ་  
 ཞིག་གི་ཆོ་དབྱུགས་འབྱུང་པ་མང་བོ་སྤྱི་པར་འབྱུང་ངོ། ། དེ་རྒྱར་ན་ཅིག་ཅན་རྣམས་  
 པར་ཤེས་པ་མང་བོ་འབྱུང་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྤྱིར་རང་རྟོ་

མིན་པའི་དུས་ཅན་དང་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་དེ།      རང་གི་རིགས་ཀྱི་དུས་ལས་གཞན་  
 པ་ནི་རང་རིགས་མིན་པ་ལོ།      གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ།།      དེ་ནི་  
 གང་གི་ཆོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སེམས་ཅད་པར་བྱེད་དོ།།      རིགས་མཐུན་པ་གཞན་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐད་གཅིག་ལ་རག་ལས་པ་དེ་དབྱགས་འབྱུང་བ་སྔ་མ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་དེ།      འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་མི་ལོན་པའི་སྤྱིར་དོ།།      ཁས་ལེན་  
 ན་ཡང་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ལ་མིན་པ་དེ་ལྟར་ན་བཅད་པ་མེད་དོ།།      ས་མ་ལ་  
 རག་པའི་དབྱགས་འབྱུང་བ་ཡང་དེའི་ཉི་ཤར་ལེན་པའི་སྐུ་མ་ཡིན་དེ།      སྐད་གཞན་  
 ལ་རག་ལས་པ་ནི་སྐད་དང་འབྲེལ་བའི་ཉི་ཤར་ལེན་པ་ཉིད་མི་ཅང་པའི་སྤྱིར་དོ།།      །  
 དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་དབྱར་འབྱུང་བ་དེ་ནི་དེ་ལས་གཞན་པ་ས་མ་ལ་རག་ལས་པའི་དབྱར་  
 འབྱུང་བ་དང་འདྲ་བའི་ས་མ་དེ་སྐད་ལ་རག་ལས་པ་ཉིད་ཀྱི་འབྱུང་དེ།      ཉི་ཤར་  
 ལེན་པའི་སྐུ་གཅིག་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དོ།།      འདི་ནི་ལོག་ནས་དབྱེད་པར་འབྱུང་  
 བས་དེ་ཞིག་གཞན་གོ།      །ཐ་དད་པ་ཡུལ་ཅན་སྤྱིར་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར་སྐད་  
 ཅིག་མ་གཅིག་ལ་ཐ་དད་པར་གནས་པ་དབྱགས་འབྱུང་བ་མཆོན་པར་བྱེད་ཀྱི་གཅིག་  
 ཡུལ་ཐ་དད་པ་ལ་གནས་པ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ།།      དེ་པས་ན་ཡུལ་སྒྲ་ཆོགས་པ་  
 ཅན་གྱི་དབྱགས་འབྱུང་བ་དག་ནི་སྐད་ཅིག་ལ་གཅིག་ལ་ཡང་ལྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 རྟོགས་པར་འབྱུང་དོ།།      དེ་ནི་ཡུལ་ཐ་དད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་སོ།།  
 གཅིག་མ་ཆོང་ན་ཡང་།      རྣམ་པར་གྲེས་པར་མི་འབྱུང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཅིག་གི་  
 ཆོ་ཁྲི་མིད་དབྱགས་འབྱུང་བ་རྣམ་པར་གྲེས་པའི་སྐུ་ཡིན་པ་དེ་མིད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 ཆོ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ངེས་པ་དེ་ལ་སྒྲིན་འདི་ཡིན་པར་བརྟུན་པར་བྱའོ།།      དངེས་ན།      ཁོ་  
 བོས་བསྟན་པ་ལྟ་བུའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉམས་སྒྲིབ་པའི་དབྱག་ཉིད་ཅན་དང་།      ཡུལ་

གྲི་རྣམ་པ་ཅན་ཉིད་ལ་སྐོས་པར་ཐ་དད་པར་བརྟན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། རང་གི་ཕྱིར་  
 ལ་ཡང་ཉི་པར་སྤོར་བ་རྣམས་གཅིག་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་  
 ལས་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཐ་དད་པ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ཁུང་ཟད་ཀྱང་  
 བྱས་པར་མི་འགྱུར་རོ། དེ་བས་ན་ཉི་པར་སྤོར་བ་དེ་ཐ་དད་པར་མི་འགྱུར་རོ་  
 ཞེ་ན། བཟློན་པ་འདི་ལ་འབྲས་བུ་གསལ་བ་དངོས་པོར་གྱུར་པ་གཅིག་མངོན་དུ་  
 བྱས་ནས། ཡན་ཚུན་ཐོག་པའི་ལྷན་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གྱིས་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
 མ་ཡིན་ན། གང་གིས་ན་ཐ་དད་པ་དང་ཐ་དད་མེད་པའི་དབྱེད་པ་འཇུག་པར་འགྱུར།  
 འོན་ཀྱང་ཉི་པར་སྤོར་བ་ཐ་དད་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་གཞུང་གི་དོན་ནི། འབྲས་བུ་  
 གི་སྐྱུ་དུ་མ་ལས་འབྱུང་བར་གྱུར་པ་སྐྱུ་དེས་བྱས་པའི་རང་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་གནས་  
 པ་ཅན་ཡིན་ནོ། དེའི་ཕྱིར་དེའི་སྐྱུ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་འབྲས་བུ་ལས་ཐོག་པའི་ལྷན་  
 ཅན་དུ་འགྱུར་རོ། དེ་ལྟར་ན་གལ་ཏེ་མིག་ཙམ་ལ་རག་ལས་པ་ནི་དེའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པར་གྱུར་བའམ། གཞུགས་ཙམ་ལ་རག་ལས་པ་དེའི་རྩོ། ཇི་ལྟར་མིག་  
 གི་སྒྲིད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་མིག་ཙམ་གྱིས་ཉི་པར་ལེན་པ་ཅན་ནམ། གཞུགས་ཀྱི་  
 སྒྲིད་ཅིག་མ་གཞུགས་ཙམ་གྱི་ཉི་པར་ལེན་པ་ཅན་གྱི་དོགས་པའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་  
 པ་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་མི་འགྱུར་ན། དོགས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་རོ། དེ་བས་ན་འདིར་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡང་ཉི་པར་སྤོར་བ་ཡིན་ན་  
 ཞེས་དོགས་པར་བྱའོ། གང་གི་ཕྱིར་རེ་གལ་པེས་པའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་དང་།  
 ཡུལ་ལས་གསལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། རྣམ་པར་དོགས་པའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཙམ་ལ་རག་ལས་པ་ལས་དོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཐོག་པའི་  
 རང་བཞིན་ཅན་སྐྱེ་བ་དེའི་ཕྱིར་། མིག་དང་གཞུགས་དག་གི་ཉི་པར་སྤོར་བས་

ཀྱང་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པར་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིད་པ་དེ་ལྟར་ན། རེ་དང་དེ་ལས་ཐོག་  
 བ་གང་ཡིན་པ་འདི་དང་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཉི་མར་སྒྲུང་བའི་ཁྱད་པར་ཡིན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
 ཡིན། གཤམ་དེ་ཐོག་པ་རྣམས་དངོས་པོ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྒྱུར་ན་འབྲས་བྱ་  
 ཉིད་ཡིན་ཞེ་ན། ཐོག་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེད་པར་བྱ་བ་འབྲས་  
 བྱ་ཡིན་ཞེས་སུ་ཞིག་སྒྲུ་འོན་ཀྱང་རྒྱ་རྩ་ལས་སྐྱེས་དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་བའི་རང་གི་.....  
 མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཐོག་པར་བརྟགས་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་དེན་དུ་  
 སྐྱེས་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་དེ་ཉིད་འབྲས་བྱ་ཡིན་ནོ། འདི་ལ་བརྗོད་བྱ་མང་དུ་ཡོད་  
 མེད་ཀྱི་རེ་ཞིག་བཞག་གོ །དེས་སྤར་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུ་ཕྱེད་ལ། མེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱུ་ཕྱེད་ན་ནི་མི་གསལ་བར་འགྱུར་རོ། དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་མི་གསལ་བའི་ཕྱི་མ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱོན་དུ་གསལ་བ་ནི། རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 གསལ་བ་འབྲས་བྱ་ཡིན་པ་དེ་འདྲི་ཕྱི་མ་དེས་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ལ་ཕྱི་མ་འགྱུར་བས་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་པ་དང་བྲལ་བ་དེ་ལས་ཕྱིས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སོ། །  
 ཕྱིས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་རྒྱུ་ཕྱེད་སྐྱེས་པས་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བར་  
 སྤྱར་རོ། སྤྱི་མའི་རྒྱུ་ཕྱེད་ལ་ཕྱི་པ་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་རྒྱུ་ཕྱེད་  
 པ་འོ། དེ་ནི་དེ་འདྲི་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། གང་ཞིག་རྒྱུ་ཕྱེད་  
 པ་དང་། རྒྱུ་ཕྱི་མ་ཕྱེད་ན་ལྟེན་པ་དེ་ནི་རྒྱ་ཡིན་ལ། གང་གིས་རྒྱུ་ཕྱེད་  
 པ་དེ་ནི་འབྲས་བྱ་ཡིན་ནོ། དཔེ་བཞག་པས་སྤར་བ་ཡིན་དེ་ས་པོ་ནི་ལས་མིགས་  
 པ་དང་བྲལ་བ་ན་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་ཞིང་། མ་བྲལ་བས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ།  
 ས་པོ་ནི་ལས་མིགས་པའི་ བྲལ་བྱ་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། འབྲས་བྱ་བསྐྱེད་  
 བར་བྱ་བ་ལ་དངོས་དང་རྒྱ་ལ་ནི་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་དཔེ་ཡིན་དེ། ས་མཚན་ལ་

སྟགས་འབྲས་བྱ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ཞེས་བཤད་པས་དོན་གྱིས་བོན་ལ་སྟགས་པ་རྒྱ་ཉིད་  
 ཏུ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། རྒྱུད་པར་མི་བྱེད་པ་ཡང་དེ་ཡིན་ལ་ཐ་མཐོང་གནས་སྐྱེས་  
 གྱི་རང་བཞིན་ཡང་ཡིན་པ་དེ་ལས་བྱུང་པར་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞི་མཐུན་  
 བའི་སྒྲིབ་པོ་ཅན་གྱི་ལྷ་བའི་བསྟུ་བའོ། གཤམ་དེ་ལུས་ནི་སེམས་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སྟགས་པས་གཞན་གྱི་འདོད་པའི་དོགས་པ་བསྟུ་བ་ཡིན་ནོ། གཤམ་དེ་དེའི་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སྟགས་པས་ལན་འདེབས་པར་བྱེད་དེ། འདིར་སེམས་ལུས་གཞན་གྱི་ཡན་  
 ལག་གི་ངོ་བོ་དང་། ལུས་ཐ་མ་ལ་ལུས་བྱི་མའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གཉིས་སུ་བཤད་  
 དོ། །དེ་བས་ན་མཆོད་པ་གཉི་ག་ལ་ཡང་དགགས་པའི་དོགས་པ་བསྟུ་བ་ཡིན་དེ།  
 དེའི་ཡན་ལག་དང་རྒྱ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱས་དབྱེ་བའོ། དེ་ཉིད་སོ་སོར་སེམས་  
 གནས་པའི་རྒྱ་ལས་དེའི་ལུ་མ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོར་པས་འཆད་པར་བྱེད་དོ། མཆོད་  
 ཉིད་ཅས་བྱ་བ་ནི་མེད་མེད་པའི་མཆོད་ཉིད་དོ། རེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་ཡོད་པ་འགལ་བ་  
 མེད་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐ་མཐོང་ལུས་གཞན་ཡོད་པ་འགལ་བ་མེད་པ་ཡིན་དེ། གཞན་  
 བ་ཅན་གྱི་ཆད་མ་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། རྒྱུ་པར་བྱེད་པ་ཡང་ཡོད་དོ་ཞེས་བསྟན་པའི་  
 ཕྱིར། འདི་ལས་ཐ་མཐོང་སྤྱི་མཆོད་ལྟ་བུ་འབྲེལ་གྱིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོར་  
 པ་སྟེས་དེ་འདི་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགལ་བ་མེད་པ་འདི་འདི་འབྲེལ་གྱིག་ལས་སོ། །  
 རང་བཞིན་ཐ་དད་པ་མང་པས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱན་ཅིག་མ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྷ་  
 མ་དང་ཕྱི་མའི་སྤྱི་མཆོད་ལྟ་བུ་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ནོ་སྟེས་དུ་བསམས་པའོ། །དེའི་  
 ཆོས་ཅན་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། སྤྱི་མཆོད་རྒྱན་ཅིག་མ་ལྟ་མ་ནི་དཔེའི་ཆོས་  
 ཅན་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་མཆོད་ལྟ་ཡང་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ན་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱེད་པ་ལས་ཐ་དད་  
 པའི་སྤྱོད་མཆོད་ཅན་གཞན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་དེ། གཅིག་ལ་ལྷ་མོ་དང་སྤྱི་མཆོད་པའི་

ཕྱིར་རོ། ། གནས་གཞན་དུ་བཤད་པ་དག་གས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཐུ་  
 ཏུ་བོ་དང་། ཚད་མ་རྣམ་པར་ངེས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་བཤད་པ་དག་གས་སོ། །  
 དེ་ལས་གཞན་པ་ནི་དབང་པོ་ལས་སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པར་མངོན་པར་འདོད་པའོ། །  
 རང་བཞིན་རྣམ་པ་གཞན་ཉིད་ལ་རྒྱ་བསྟན་པ་ནི་མ་སྒྲིམ་སོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་  
 ཕྱིར་སྤྱོད་གས་གཞན་དུ་རིགས་པ་མང་པོ་བཤད་ཟིན་པ་དེའི་ཕྱིར། མཐོང་མཐོང་པས་  
 བོ་འདིར་རང་བཞིན་རྣམ་པ་གཞན་ཉིད་བསྒྲུབས་པར་བྱ་བ་ལ། འགྱུར་བ་མཐོང་ཕྱིར་  
 ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་བསྟན་པ་ནི་མ་སྒྲིམ་པ་སྟེ། དེ་ཙམ་ཞིག་བསྟན་གྱི་ཀྱས་པར་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དོན་དོ། ། གཞན་ནི་ཅིར་ཡང་མི་རུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བར་རྣམ་པར་  
 བཅད་ནས་འདོད་པར་བྱེད་དེ། གང་གིས་ཕྱིར་རང་བཞིན་རྣམ་པ་གཞན་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་  
 བསྟན་ཟིན་པས་བཤད་མ་ཐག་པའི་སྒྲོན་གྱིས་རིགས་ནི་ཅིར་ཡང་མི་རུང་ངོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དོན་དོ། ། གནས་པ་བོ་ལ་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་བ་ཡིན་  
 ཞིང་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་པ་དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དངོས་པོ་ག་  
 ལ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བར་ཆོག་རྣམ་པར་སྒྱུར་རོ། ། གལ་དེ་ལྷན་ལས་དེ་སྒྲིན་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོང་པས་དཔེ་བསྒྲུབ་པར་བྱ་བམ་མེད་པ་ཉིད་དེ་པ་བསྟུ་བ་ཡིན་དེ། སྒྲེ་མཆེད་  
 ལཱའི་སྐད་ཅིག་མ་ལྟ་མའི་ནི་ཕྱི་མའི་སྒྲེ་མཆེད་ལྟ་ཉིང་མཚམས་སྒྲོར་བ་མ་ཡིན་གྱི།  
 འོན་ཀྱང་ལྷན་ཉིད་ལས་དབང་པོ་རྣམས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དབང་པོ་ལས་ཐ་དད་  
 པའི་ལྷན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་གྱི་གཞུང་གི་སྒྲེ་  
 ཏུང་སེན་མོ་འི་རྩེ་མོ་ལ་སོགས་པ་མ་གཏོགས་པ། གསོན་པོ་འི་ལྷན་དབང་པོ་འི་  
 བདག་ཉིད་ཅན་ཉིད་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། གལ་དེ་བྱེ་བྲག་དུ་སྒྲུབ་པའི་  
 གཞུང་ལས་དབང་པོ་ལས་རིག་བྱའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ལྷན་གཞན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་

བ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་། འདི་སྐད་དུ་དབང་པོ་ལས་ཐ་དད་བ་དབང་པོ་དང་མ་འདྲེས་  
 བཞི། སྐད་དང་མེན་མོ་ལ་སོགས་པ་སྤངས་བཞི་ལུས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་  
 བར་བྱའོ། དབང་པོ་ལས་ཐ་དད་བ་མེད་པ་ཡིན་ན་ཡང་དེ་ལ་ལུས་ནི་རྒྱ་ཡིན་གྱི།  
 དབང་པོ་དག་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ལས་ཡིན་དེ་བས་འོན་ཀྱང་སེན་ལོ་འི་ཅེ་  
 མོ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་དབང་པོ་ཅན་མ་ཡིན་པ། རྒྱ་ཡིན་པར་འགྱུར་གྱང་ན།  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདི་ལ་སྤྲུལ་པ་བཞིན་དུ་ཐམ་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ན་མདོ་ཡིན་ནོ། །  
 དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་འགྲེལ་བ་ཡང་འདི་སྐད་དུ་དབང་པོ་དུ་མ་ཅིག་ཅར་ཐལ་...  
 བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་རིུ་སོ། སྤྲུལ་པ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩི་ལྟར་ལུས་གོ་  
 རིས་མེད་པ་ཅན་ལས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྦྱེ་བ་ཡིན་ན། ཅིག་ཅར་མང་པོ་འགྱུར་  
 བར་འགྱུར་ཞེས་སྤྲུལ་པ་བཤད་པ་དང་འདྲ་བར་ལུས་ལས་དབང་པོ་སྦྱེ་བ་ཡིན་ན་ཐལ་  
 བར་འགྱུར་རོ། དེ་བས་ན་ཅིག་ཅར་དབང་པོ་དུ་མ་འགྱུར་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 འག་གི་དོན་ཡིན་ནོ་ཆེས་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འགྲེལ་པ་ལས་བྱུང་བ་གང་...  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འགྲེལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། དེ་ལྟ་ན་ཡང་  
 གཞུང་འདིའི་གཞུང་གཞུང་པར་བྱ་བའི་དེའི་ཆོ། ཤིན་དུ་ཐལ་ཆེས་པ་ཉིད་ཐམ་པའི་  
 སྐྱེས་བཤད་དེ་མདོའི་ཐལ་ཆེས་བར་གྱུར་བ་ཅི། ཤི་བའི་ལུས་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 དབང་པོ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་སྤྲུལ་པ་བཞིན་དུ་ཆོན་དུ་འགྱུར་རོ། ཅི་རིགས་  
 པར་སྦྱོན་བཟོད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ཅི། ལུས་དབང་པོ་འི་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཅི་  
 ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྗེས་གཅིག་ཅིག་ཡིན་ནམ། ཅི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་རྣམ་པར་ཕྱི་བ་ཡིན་  
 གྱང་ན་རེ་ཞིག་གཅིག་ནི་མ་ཡིན་དེ་དེ་བཞག་གི་ཕྱིར་བའི་ཕྱིར་རོ། དུ་མ་ཉིད་ལས་ཅི་  
 རེ་རེ་རྒྱ་ཡིན་ནམ། འོན་དེ་ཆོན་སྤྲུལ་པ་ཡིན་གྱང་ན། ཕྱོད་སྤྲུལ་དང་པོ་ལས་ནི་དབང་པོ་

རྒྱུ་མེད་པ་ཅན་དུ་ཐུལ་པར་འགྱུར་ངོ། ། གཉིས་པ་ལ་ཡང་ཡན་ལག་གང་  
 ཡང་རྒྱང་བ་མ་ཚང་ན་ཡང་དབང་བོ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་ཞིང་། ཅེ་བར་སྐྱོར་  
 བའི་བྱད་བར་ཡང་བཞུན་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོན་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་  
 བཞིན་དུ་བཟོད་པར་བྱའོ། ། ལུས་ཀྱི་འབྱུང་བའི་རྒྱ་དང་བྲམ་བའི་སྤྱིར་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ། ལུས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་རྒྱ་ཡིན་  
 ལ། དེ་དང་བྲམ་བའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དག་གི་དོན་དོ། ། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་  
 དང་དག་བཅོས་པར་འདོད་པའི་སྤྱིར་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱས་དབྱེ་བའོ། ། ལྷག་མར་  
 གྱུར་པ་སྐྱབ་བྱེད་ལྷག་ལྷན་ཡིན་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབང་སོགས་ཀྱང་ནི་ལྷག་ལྷན་  
 ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྷག་མ་དང་ལྷན་བ་བཤད་བ་འབའ་ཞིག་དུ་མ་ཟད་  
 ཀྱི། དེ་ལས་ལྷག་མར་གྱུར་པ་འདི་མང་ལྷག་མ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ནོ། ། འཛིག་  
 དེན་གཞན་དུ་མཛོན་པར་འདོད་པའི་ལུས་ལ་གནས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྒྱུན་གྱི་  
 སྐྱེ་བའི་ལུས་ལ་གནས་པ་ཅན་གྱི་འོ། ། སེམས་གཞན་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བ་  
 འདིའི་ལུས་ལ་གནས་པ་ཅན་གྱི་སེམས་དང་ངོ། ། དེ་ལྟར་ན་མ་འོངས་པའི་  
 སྐྱེ་བ་ལ་བཟོས་ནས་སྐྱེ་བ་འདི་ལ་གནས་པ་ཅན་གྱི་སེམས་ནི་འཛིག་དེན་གཞན་དུ་  
 མཛོན་པར་འདོད་པའི་ལུས་ལ་གནས་པ་ཅན་གྱི་སེམས་དེ་མ་འོངས་པའི་སྐྱེ་བའི་  
 སེམས་གཞན་དང་ཉིང་མཚམས་སྐྱོར་བ་ཡིན་ནོ། ། སྐྱེས་བྱ་གཞན་གྱི་སེམས་  
 བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དཔེར་ན་ནག་པའི་སེམས་དང་ཉིང་མཚམས་མི་སྐྱོར་  
 བ་ལྟ་བུ་སོ། ། གང་གི་སྤྱིར་དང་བཞིན་པ་དད་པ་ཅས་གྱིས་ཉིང་མཚམས་སྐྱོར་བ་མ་  
 ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་རྒྱ་ཐ་དད་པ་ལ་རག་ལས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཡིན་པས་ན། རྒྱ་ཐ་  
 དད་པའི་ལུས་ལ་གནས་པ་ཅན་ནི་ཉིང་མཚམས་སྐྱོར་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་དེ།



དཔེར་ན་ནག་པའི་ལུས་ལ་གནས་པ་ཅན་གྱིས་པའི་ལུས་ལ་གནས་པ་ཅན་གྱི་སེམས་  
 དང་། ཉིང་མཚས་སྤྱིར་བ་མེད་པ་ལྟ་བུར། འདོད་པར་ནི་འགྱུར་ན་གྱུར་  
 གཞན་གྱི་ལུས་ལ་གནས་པ་ཅན་ཉིད་གཏན་མིགས་སུ་འགྱུར་རོ་ཞེས། དེའི་ཕྱིར་  
 དེ་ཡང་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་དེ། སེམས་ཅན་གཅིག་གི་སྤྱི་བའི་  
 ཁྱད་པར་ཡང་རྒྱད་གཞན་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ཉིད་ནི་སྤྱི་བ་ཐམས་ཅད་  
 ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་སོ། དུ་མ་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་རྒྱ་དུ་མ་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། ལུས་ལ་གནས་པ་བཀག་པའི་ཕྱིར་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུས་ལས་སེམས་གནས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་བཀག་པའི་ཕྱིར་།  
 ལུས་ཐ་དང་པ་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་མིགས་འདི་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་  
 བོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། གཤམ་དེ་འདི་ལྟར་ལུས་ལ་གནས་པ་ཉིད་བཀག་  
 ན་འོ་ན་ཇི་ལྟར་དབང་བོ་འི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དབང་པོ་ལ་བདེན་ནས་སྤྱི་བར་བཞེད་  
 དབང་བོ་ལས་བདེན་ནས་སྤྱི་ན་ནི་ལུས་ལ་བདེན་ནས་སྤྱི་བར་ཁས་སྤངས་པ་ཉིད་ཡིན་  
 དེ། ལུས་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ལྟར་ན་ལུས་ལ་གནས་  
 པ་ཉིད་ཡིན་མོ་ཞེས། དབང་བོ་འི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་སྒྲིམ་དེ། གཞན་ནི་བདེན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ལུས་ལ་སེམས་གནས་པར་འདོད་  
 དེ། དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་གནས་པ་ཡང་བཀག་པ་ཡིན་གྱི། དེ་ལ་བདེན་ནས་སྤྱི་  
 བ་ནི་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་སྤྱི་ན་ཡོན་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཇི་ལྟར་བདེན་པ་ཉིད་ཀྱང་སྤྱི་  
 རུང་ཞེས། ལུས་ན་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་སོ། འགྱུར་པ་ནི་  
 འདོད་ན་བདེན་པ་ཉིད་སྒྲོ་ནས་ལུས་ལ་སེམས་གནས་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་  
 ད་ལ་བདེན་ནས་སྤྱི་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་གཏན་མིགས་མ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ

ཞེན། རྟེན་ཕྱིར་དེ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡང་གནས་པ་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་དེ། གལ་  
 ཏི་ལྟས་ལས་སྐྱེས་པ་ཉིད་ལ་སེམས་གྱུ་གནས་པར་འདྲོད་པ་དེའི་ཚེ། དེ་ལྟ་བུའི་  
 རྣམ་པ་ཅན་གྱི་གནས་པ་ནི་ལྟས་ལྟམ་ཏུ་གྱུར་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། རེ་ནི་  
 སྐྱེས་བྱ་གཞན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོང་བ་སྒྲིམ་དེ། དེ་པས་ན་ནག་པའི་ཕྱས་ལྟམ་ཏུ་  
 གྱུར་པ་ལས་བྱམས་པའི་པ་སེམས་སྐྱེས་པ་ཞེས་ནག་པའི་ཕྱས་ལ་གནས་པར་འགྱུར་  
 ཞིང་། དེ་ལ་གནས་པའི་སེམས་གཞན་ལ་ཉིང་མཚན་སྐྱོར་བའི་ཕྱིར་དེ། རང་  
 གི་རྒྱུད་ལ་ཉིང་མཚན་སྐྱོར་བའི་ཕྱིར་མ་ངེས་པར་འགྱུར་རོ། ། ལྟམ་ལ་ཅི་  
 འདྲ་བར་གནས་པ་དེ་ལས་ཁྱད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་དབང་པོར་འགྱུར་བ་  
 ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་ནོ། ། གལ་ཏེ་ལྟས་ལ་གནས་པ་ཉིད་པག་ག་  
 སྐབས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་ཞེ་ན། སྐབས་པར་བྱེད་པ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་སྒྲིམ་དེ། རྟེན་ཡིན་པ་ལ་གསལ་བ་ལ་སོགས་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི།  
 དངོས་པོའི་གཅི་བོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེན་ཉིད་ཡིན་པ་བསལ་བ་ལ་སོགས་པས་  
 ཞེས་བྱ་བ་མངོན་དེ། དབང་རྣམས་དེ་དེ་ལ་གཞོད་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་  
 བདེན་བསལ་བ་བཤད་ཟིན་དེ། གཙང་སྤྱོད་ཅན་གྱི་རིམ་པའི་ནུ་སྐྱོ་བ་མེད་པ་  
 གོམས་པར་བྱས་པས་ཐོད་པ་ཅན་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། ། སྐྱོར་བ་དང་པོ་ལ་ཡིད་  
 གྱི་ཡིན་ཏེན་ཉིད་གཏན་ཆོགས་ཡིན་ཞིང་། སྐྱོར་བ་གཉིས་པ་ལ་ན་གོམས་པ་  
 ཡོད་ན་ཁྱད་པར་ཅན་ཏུ་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྱད་པར་རོ། ། ལྷག་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱང་གྲགས་ལས་གཞན་ཏུ་རྒྱང་གྲགས་གཉིས་དང་གྲུམ་ལ་སོགས་  
 མཐོང་། དེ་སྐད་ཏུ་གཞོན་ནུ་མ་ལེན་གྱི། མཐའ་ལ་འདོམ་བཅུ་ཚུན་ཆད་  
 ཏུ། །མཚོངས་ནས་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་གང་། དེས་ནི་ལན་གྱུར་གོམས་ན་

ཡང་། ཁྱེད་གྲགས་བརྒྱུད་ནི་མཆོང་མི་ལུས་༥ ཞེས་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དཔེར་ན་འདྲོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་  
 གྱི་དཔེ་ཡིན་དེ། འདྲོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་གོམས་པ་ཅན་གྱི་དེ་དག་རང་གི་ངང་  
 གིས་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་བ་ལྟ་བུའོ། ། རི་སྒྲོན་བཤད་པ་དེ་ཐུག་ཏུ་ཐུང་བ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཆོང་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་མཚན་ཉིད་ཅན་ནོ། ། བཞུན་དག་གིས་  
 ཁ་ན་མ་གྲོ་བ་མེད་པ་དེ་ཡིད་བདེ་བ་ཉིད་ནི་དགའ་བ་ཡོད། རིས་སྒྲུབ་ཆགས་པ་  
 དང་ཁོང་ཁོ་བཞི་རྒྱུད་ལྟུང་ལ་འདྲོད་ཆགས་དང་ཁོང་ཁོ་བ་དང་ཐུག་པ་ཉིད་ཀྱི་བཤད་  
 རྒྱུ་མས་ཡིན་ནོ། ། མེ་ལ་སོགས་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྟ་བུའོ། ། ཡིང་དག་  
 དང་། དུལ་ཆུ་དང་ནི་གསེར་སོགས་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུག་པ་ཡོད། དཔེར་  
 ན་མེ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཡིང་ལ་སོགས་པ་དེ་ཐུག་པ་ལ་སོང་བ་འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་ན།  
 རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་པ་དེ་བཞིན་ཏུ་སེམས་ཀྱི་བརྟེན་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །  
 དུལ་ཆུ་དེ་ཡང་སྒྲོར་བ་ནི་དུལ་ཆུ་མི་འཐོར་བར་བྱ་བ་དེ་ལ་སྒྲན་སྒྲུགས་པ་ཟད་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་སྒྲོང་བ་ཞེས་བྱ་བར་མཛད་དོ། རི་ལྟར་དེ་འདྲ་བ་དེ་བརྟེན་པ་དེ་སོགས་  
 པ་དེ་སྒྲོ་དེ་དག་གིས་གོམས་པ་དང་རིས་སྒྲུབ་པར་འཕེལ་བ་ཐོབ་པ་དག་ཅེས་  
 བྱ་བ་ཡི་དོན་དོ། ། འཕེལ་བ་ཆད་ངེས་པ་ཅན་ལ་རིགས་མཚུངས་པ་དེ་སྒྲར་གྱིས་  
 བོན་འཇུག་པ་དང་ཐུག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཁྱབ་པ་ཡིན་ལ་དེ་དང་འགལ་བ་ནི་རིས་མཚུངས་  
 པ་དེ་སྒྲར་གྱིས་བོན་འཇུག་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན། བརྒྱུད་པར་བྱ་བ་གཉིས་པ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པ་ཡོད། རྩིས་བཞིན་ཏུ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་མདོ་འཛིན་ཡིན་ནོ། ། འདི་ལྟར་གོམས་པ་དེ་དུས་རྩིས་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདིས་བསྐྱེས་ནས་འཆད་པ་ཡིན་ནོ། ། རང་སྒྲོངས་ངེས་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་

འཕྲིན་ཅི་འཕྲེལ་བ་ཚད་ངེས་པ་ཉིད་བསྟན་དོ། ། སོགས་པ་སྒྲིམ་པས་ནི་ཡིད་  
 ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཞན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དག་འཇུག་དང་བདང་སྒྲིམས་ལ་སོགས་བཤོ། །  
 བཅེ་བ་དང་ཆགས་བྲལ་ལྟོ་སོགས་གཞན་དག་གི་ཅེས་བཤད་པ་དེ་ལ། བཅེ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་གི་ཞེན་ཞེས་འདི་བར་བྱེད་དེ། བཅེ་བ་དང་འདོད་ཆགས་  
 དང་བྲལ་བ་དང་། ལྟོ་ལ་སོགས་པའི་གོམས་པའི་ཙུ་བ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་གི་ཡིན་  
 ཞེ་ན། ལན་དུ་སེམས་ཆེས་ཀྱི་འཇུག་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་དེ། སེམས་རང་གི་ངང་གིས་  
 འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། ། ཡིད་ཀྱི་ཆོས་བྱས་པ་དེ་ཁྱད་པར་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར།  
 གོམས་པ་ནི་ཡིད་ཀྱི་ཆོས་གོམས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འོ། ། དཔེར་ན་སྤངས་བྱས་པའི་  
 ཡིད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གོམས་པ་ལྟ་བུ་འོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྟན་བཅོས་དང་  
 བཅོལ་དང་ལྟ་ལ་སོགས་པ་བྱས་པའི་ཁྱད་པར་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། ། བདེ་བ་དང་  
 སྤྱུག་བསྐྱེད་དག་ལ་སྒྲོ་བ་དང་། རྒྱུ་བ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 བདེ་བ་ལ་སྒྲོ་བ་ནི་ཆགས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། ཞེ་སྤངས་ལ་སྒྲོ་བ་མེད་པ་  
 ཅི་ཁོང་ཁྱོ་བ་མེད་པ་སྟེ། རྒྱུ་དང་ཅན་དན་ལ་མཚུངས་པར་དོགས་པ་བཞིན་  
 འོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། ། ཅི་བ་སྤངས་པ་འོག་ནས་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་བ་སྒྲོ་ལ་  
 ལྟ་བ་པར་མཛོད་ནས་འདིར་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ནོ། ། འགྲོ་བ་ལ་ཐན་པར་བཞེད་པ་ཉིད་  
 བཤད་པ་ཡིན་ནོ། ། ཚད་མ་ཀྱན་ལས་བདུས་པའི་ཕྱག་འཚལ་པའི་རྒྱུ་སྤྱུ་  
 བཅན་པའི། འགྲོ་བ་ལ་ཐན་པར་བཞེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུ་ཀྱང་རྣམ་པར་བཤད་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། ། ལྟ་དང་རིགས་པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ། རིགས་  
 པ་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཡིན་ལ་དེས་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ནི་རིགས་པ་ཡིན་དེ། རྗེས་  
 སུ་དཔག་པས་དབྱེད་བཅོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འོ། ། ལྟ་དབྱེད་པའི་སྤྱུ་སྤྱུ་གང་

ཡིན་ནི་དབྱེད་པ་ནི་དུས་ཕྱིས་འབྱུང་བ་ཅན་ཡིན་ཞེ་ན།      དེའི་ཕྱིར་རེ་ཞིག་ལྷང་  
 མང་པོ་དེ་ལ་དམིགས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ལ།      དེས་བཟུན་  
 བཤས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷང་གི་བཟུན་པ་འི་ཐབས་ཞེས་བྱ་བ་ཁྲིའི་ནས་དབྱུང་བཤས་་་་  
 ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲ་ནི་སྤྱད་བའི་དོན་ཡིན་དེ།      ལྷང་གི་བཟུན་པ་འི་ཐབས་དང་ཐབས་  
 ལས་བྱུང་བ་ནས་པར་དབྱེད་བ་ཡིན་གྱི།      ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།། ཅི་དེ་དག་འཐད་  
 དས་ས་ཡིན་ཞེ་ན།      དེ་རྩར་ན་དབྱེད་པ་མཛོད་དུ་སོང་བས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རེགས་  
 པ་ཉིད་ཀྱི་འགའ་ཞིག་གི་ཆོ་འཇུག་པར་འགྱུར་ངོ།།      དེ་དང་འདིས་ཅི་འདི་སྒྲིད་དུ་  
 རིམ་བཤེད་ཉིད་སྒྲོ་བ་ཉིས་པ་ཅན་བཟོད་བ་ཡིན་དེ།      འགའ་ཞིག་ཟེ་རྩར་ག་མས་པ་  
 བཞེན་དུ་ངེས་པ་དང་།      འགའ་ཞིག་ལྷང་གི་རྩེས་སུ་འབྱངས་ནས་འཇུག་པ་ཡིན་  
 བ་ཞེས་བཟུན་དོ།།      འདིའི་འབྱས་སུ་ཅས་པར་དུས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲ་བའི་མཛན་  
 ཉིད་ཅན་ནོ།།      དེ་ལས་དུས་ཕྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲ་ཉིད་དེས་པ་ལས་དུས་ཕྱིས་སོ།།  
 མཛན་ཉིད་དང་འཕེལ་བའི་སྒྲ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲ་འདིའི་མཛན་ཉིད་དང་། སྤྱུག་བསྐལ་  
 འཕེལ་བའི་སྒྲ་འདི་ཅི་ཡིན་ཞེ་ལོ།།      གང་ལ་སྒྲ་རེས་འགའ་ཡང་བ་ཞེས་བྱ་བར་  
 ཆོག་ནས་པར་སྤྱར་དེ།      སྒྲ་མི་དག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།།      དག་པ་ཉིད་ཀྱང་  
 འདིའི་སྒྲར་མི་འགྱུར་ངོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲར་བ་འདི་བཟོད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི།  
 གང་ཞིག་རེས་འགའ་བ་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྒྲ་དག་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་དེ།      དཔལ་ན་  
 སྒྲ་གྲུ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ།།      ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཁྲུ་བར་བྱེད་པ་འགའ་  
 བ་དམིགས་པའི་སྒྲར་བ་བཟོད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།།      དེ་བཞིན་དུ་ན་  
 པ་གཞན་དག་གིས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི།      སྤྱུག་བསྐལ་རེས་འགའ་བ་ཉིད་ཀྱི་  
 རྩམ་པ་ལས་གཞན་པ་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྩམ་པ་དག་གིས་ཀྱང་ངོ།།      སྒྲ་

ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་ཅམ་མོ། རེ་འི་རང་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྱད་  
 བར་རོ། རེ་ལྷར་ན་སྤྱལ་བསྐལ་བདག་མེད་པ་ཡིན། བདག་མེད་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ཡང་རང་གིས་འཇུག་པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་དེ་བས་ན། འདི་ནི་སྤྱུས་འགྱུར་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ། སྤྱི་དེ་ཡང་བདག་མེད་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་དེ། རང་དབང་  
 ནི་སྤྱི་ཉིད་ཡིན་པ་མི་རྒྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཡོངས་སུ་བདག་པ་  
 མཛད་དོ། རེ་ལྷར་སྤྱལ་བསྐལ་གྱི་སྤྱི་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཛིག་པ་མ་ཐོབ་  
 པ་ལོ། དམིགས་པ་ནི་ཡུལ་ཡིན་ལ་དེ་འཛིན་པ་འི་ནམ་པ་ཡིན་ནོ། བདག་  
 དང་བདག་གིས་འཛིན་བྱས་པ་འི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་དེ་ཞིག་སྤྱི་བའི་སྤྱི་ནི།  
 སྤྱལ་བསྐལ་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་སྤྱི་དང་། མེད་པ་ཀྱན་ནས་འཛིང་བའི་སྤྱི་ཞེས་བྱ་  
 བས་བཤད་ཟིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། ཆགས་པ་སྤྱི་ཡིན་ནི་ཞེས་བྱ་བར་སྤྱི་དེ།  
 དེ་ཡང་མདོ་ཡིན་ནོ། ཆགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འི་ནམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི་མེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། སྤྱལ་བསྐལ་དུ་གྱུར་བའི་འདུས་བྱས་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི།  
 སྤྱལ་བསྐལ་གྱི་སྤྱི་ཡུལ་བསྟན་དོ། བདག་རང་དབང་ཅན་ཐ་དད་པ་འཇམ་  
 ཐ་དད་པ་མེད་པ་མེད་པ་འི་ཕྱིར་བདག་དང་བྱམ་བཤོ། བདག་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 དེ་དབང་དུ་བྱས་པས་སེམས་ཅན་གྱི་ངོ་བོས་སྤོང་བ་ཉིད་ཕྱིར་བདག་གི་དང་བྱམ་པ་  
 ལ་ལོ། སྤྱི་བསྟན་ཟིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལེན་དང་བོར་རོ། །གཞན་  
 ཡུང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་འདུས་བྱས་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན་ཆགས་པ་འི་ཞེས་བྱ་བ་  
 འདུས་བྱས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན་དུ་བསྟན་པས། སྤྱལ་བསྐལ་གྱི་སྤྱི་ནི་བདག་མེད་  
 པ་མཐོང་བ་ལས་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་དུ་དམིགས་པ་འི་ནམ་པ་ཡིན་པར་བསྟན་དེ། སྤྱལ་  
 བསྐལ་དུ་གྱུར་བའི་འདུས་བྱས་བདག་དང་བདག་གི་དང་བྱམ་པ་ལ་བདག་དང་བདག་

མི་རྒྱུ་པར་མཛད་པར་ཞེན་པས་འཇུག་པ་ཞེས་བཟློན་པའི་ཕྱིར་རོ། རྒྱུ་པ་མང་  
 བོ་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་རྒྱུ་མི་འཆད་པར་གོམས་པ་བརྟན་དོ། གྲོགས་མེད་པ་  
 ཉིད་ཀྱིས་བསེ་བྱ་དང་འདྲ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རང་སངས་རྒྱས་ལ་བསེ་བྱ་ཞེས་བཤད་དོ་  
 རྒྱུ་པར་མ་ཕྱེ་བ་ཅན་ནི་གང་གིས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་སྤང་བར་བྱ་བའི་སྒྲོན་དང་།  
 བཞེན་པོ་འི་ཕྱོགས་ལས་བྱི་ཡོན་དྲན་གྱི་བྱུང་པར་ངེས་པར་མ་བརྟུང་སྟེ། ཅི་རིགས་  
 པར་སྤྱར་རོ། དེ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དང་བཞེན་པོ་འི་ཕྱོགས་  
 དག་གོ། །ཕྱག་འཆམ་བའི་ཆོགས་སྤྱ་བཅད་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྟོན་པ་ཆད་  
 མར་གྱུར་པ་བདེ་བཤེགས་སྒྲོབ། །འགྲོ་བ་ལ་མན་པར་བཞེད་ལ་ཕྱག་འཆམ་ནས་  
 ཞེས་བྱ་བར་སྤྱར་རོ། སྤང་བར་བྱ་བ་དང་དོར་བར་བྱ་བ་ཕྱེན་ཅི་མ་ལོག་པར་  
 རྟོན་པར་མཛད་པ་རྟོན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཐབས་ལོམས་པས་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནས།  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཅི་རི་ཕྱིར་ཞེ་ན་ཞེས་འདྲི་བར་བྱེད་དོ། རྒྱ་ནི་ཐབས་ལོམས་པ་  
 ཡིན་ལ། འབས་བྱ་ནི་རྟོན་པར་མཛད་པ་ཉིད་ཡིན་ལོ། དེ་ལས་གཞན་པའི་  
 ཐབས་ལས་བྱུང་པར་ཅན་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཐོ་ངེས་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་  
 ཐབས་ལས་བྱུང་པར་ཅན་ཏུ་བརྟན་པ་ཡིན་ལོ། ཅི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྤྱ་དོན་  
 གསུམ་ཁོ་ན་གསལ་པ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནས། གང་གིས་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉིད་  
 ལ་བྱུང་པར་རྒྱུ་པ་གསུམ་བཞག་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལས་ན་སྤྱི་སྤྱ་འདི་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོམ་སོ། འདི་སྤྱད་ཏུ་གཞན་ཡང་འཇུག་པའི་འགོག་མེད་གྱི་  
 འདིར་ནི་དོན་གཞན་གསུམ་སྤྱི་བ་ཡིན་ནི་ཞེས་རྟོན་པར་འགྱུར་རོ། རྒྱག་བསྟུལ་  
 བདེན་མིན་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་ཡང་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ལྟར་ན་སྤྱག་བསྟུལ་ནི་བསྟུགས་པ་མ་ཡིན་ལོ། དེ་ཡོངས་སྤྱ་སྤངས་ནས་

གཤམ་པའི་ཕྱིར་བཟུགས་པར་གཤམ་པ་ཡིན་ནོ། ། གཤམ་ནི་དེ་ཉིད་རི་རྩ་  
 ཡིན་ཞེ་ན། འཇིག་རིན་པོ་ལང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པ་ལ། དེའི་རྒྱ་  
 ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདེ་བའི་རྒྱར་རྒྱར་བའི་དངོས་པོར་འདོད་པའོ། ། དེ་ལས་བཞུགས་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་འི་མཐུན་པའོ། ། བདག་དུ་ལྷ་བ་མ་སྤངས་པ་ཅན་ནི་སྤྱི་ལོ་པའི་  
 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའོ། ། དེ་མི་འདོད་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཉིད་  
 མི་འདོད་བ་ཉིད་ཀྱིས་སོ་དེ་རྩ་ན་དེས་ས་འོག་མའི་ཤུ་བ་དང་། བདེ་དང་ཆུག་དུ་  
 ལ་སོགས་པ་མི་འདོད་བ་ཉིད་ཀྱིས་དོག་པ་སྤངས་སྤྱི་ཅིན་ཀྱང་། ས་མོང་མ་དེས་  
 པར་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཡོངས་སྤྱོད་བདགས་ནས་ལེན་པར་བྱེད་དོ། །  
 ཅིག་ཤེས་ནི་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་མེད་པ། མཐོང་བ་མོས་པར་རྒྱར་  
 པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། བཤད་མ་ཐག་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་མཐོང་  
 བའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་སོ། ། དེ་འཇུག་པ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱི་བ་དང་སྤྱོད་འཇུག་པ་ན་  
 རྟེན་། སྤྱི་བ་འཇུག་པ་དང་ཉེས་པ་འཇུག་པ་ན་འཁོར་བ་དང་། སོ་སོ་འི་སྤྱི་བ་ཡང་  
 འབྱུང་པར་འབྱུར་རོ། ། དེ་བདེན་པ་དང་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་མེད་  
 པ་མཐོང་བའི་དེ་དག་བྱུང་བར་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལ་བདེན་པ་ནི་བྱིད་ཅི་མ་ལོག་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། ། བཤད་པ་ནི་བདག་དུ་ལྷ་བ་དང་འགམ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །  
 བདག་ཉིད་ནི་སེམས་རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་པ་ཉིད་ཀྱིས་རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། ། ཆོག་ལས་སྤྱི་བ་དེ་བྱམ་ནས་དངོས་པོ་ལྟོན་བྱའོ། ། དེ་ཉིད་  
 ནི་བདེན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འཆད་པར་བྱེད་དོ། ། བདེན་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འབད་ཅོ་པ་ཀྱི་ཅོ་མ་པ་མེ་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་  
 མཐོང་བ་ཡང་དག་པ་ཡིན་ན། དེ་བསལ་བར་བྱ་བའི་དེ་གོས་ས་པར་རྒྱར་བ་



རི་ལྷ་ན་ལ་བད་ཅི་ལ་ཅི་མ་བར་བྱེད་དེ་ཡང་ལྷ་དབྱེད་ཟིན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཆོ་བ་  
 མེད་དང་ཡང་དག་དོན། །རང་བཞིན་ལ་ནི་ཕྱིན་ལོག་གི། །བརྩོན་དང་ལྷ་ཡང་  
 གཞོད་མེད་དེ། །སྒོ་ནི་དེ་ཕྱོགས་འཛིན་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།  
 ཉིན་མོངས་པ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་ནད་མེད་པ་ལྟེ། །ཡོངས་སུ་གདུང་བ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ་དེ་ཉིད་ནི་གདུང་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདྲིས་པ་གད་བ་ཡིན་ནོ། ། རི་ལྷ་ན་  
 གདུང་བ་མེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། །ཡང་འཁོར་པའི་སྐྱུ་ག་བུ་ལ་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་སྟོས་སོ། །སྐྱུ་གས་བས་ལ་ལས་སྟོན་མེད་པ་ཞེས་འབྱུང་ལྟེ། །དེ་ནི་  
 འཕྲད་བ་མ་ཡིན་ནོ། །མཆོང་ཞིང་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདྲི་ལྷ་ན་  
 སྒྲིབ་ཀྱང་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བལ་བ། །སྟོན་གོམས་པའི་དབང་གིས་བསོད་  
 སྟོམས་ལ་སོགས་པར་སྐྱུ་བའི་དུས་ན་མཆོང་ཞིང་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ན་ལྷ་ན་ཡིན་ནོ། །  
 དམངས་རིགས་བརྗོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཀུན་ཏུ་སྟོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། །དཔེར་ན་  
 འཕགས་པ་དག་བཅོས་པ་བྱི་ལུ་འུ་ཕྱེ་བ་མང་བོར་བམ་ཐོར་སྟེས་པའི་ཕྱིར། །དེ་  
 སྟོན་གོམས་པའི་དབང་གིས་བསོད་པ་དམངས་རིགས་ཀྱི་ཆོག་རབ་ཏུ་བརྗོད་པ་  
 ལྟ་བུའོ། །ལྷ་དུ་ས་བཟུན་པ་ལྟེ། །དག་བ་དང་མི་དག་བ་དང་བལ་བའི་  
 སེམས་ཀྱི་ལོ། །སྐྱུ་བ་པོ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ཞེས་བྱ་བའི་སོགས་པའི་སྐྱུ་ས་ནི་  
 ཡོད་པ་ཉིད་དང་ཤེས་བྱ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་བརྒྱུང་རོ། །དེ་མཇུག་ཀྱང་མཆོང་  
 པའི་རྒྱལ་ཅན་གདུ་ཞིག་ཤེས་བྱ་གྲུལ་བྱ་ཉིད་དང་། །དངོས་པོ་ཉིད་སོགས་  
 མཆོན་ཉིད་ཅན། །གདུན་རྒྱུས་དག་གིས་བསལ་བུས་ན། །དེ་ནི་སྐྱུ་ཞིག་  
 རྒྱུས་པར་འགྱུར་ཞེས་སྟེ། །གཞན་ཏུ་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་ཕྱིར་མི་  
 རྟོག་པ་ལ་སོགས་པར་རོ། །གང་གི་ཆ་འཕེལ་བ་དང་འགྱུར་བ་མེད་པ་དེ་ནི་

ཐེང་ཐུག་དུ་གནས་པ་ཞེས་བཤད་ནི། དེ་དུག་པ་ཉིད་ནི་ཐེང་ཐུག་དུ་གནས་པ་ཉིད་  
 ཀྱིས་དུག་པ་ཉིད་དོ། འགལ་བ་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཟད་པ་དང་དུག་པ་  
 དག་འགལ་བའི་ཕྱིར་དོ། དེས་འགའ་འབྱུང་བ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་འདི་  
 གླུ་མ་ནི་བྱས་པ་དང་། རྒྱན་གྱི་བྱེ་བྱག་གིས་ཐ་དད་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་བརྒྱང་  
 རོ། ། །བདག་དུ་ལྷ་བ་སྒྲིན་དུ་སོང་བ་ཅན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། ཉེན་  
 མོངས་པ་ནི་ང་རྒྱལ་དང་ཐོ་ཆོས་ལ་སོགས་པ་འདོ། ཉེ་བའི་ཉེན་མོངས་པ་ནི་ངོ་  
 ཆ་མེད་པ་དང་ཆོད་པ་དང་། མེད་སྤྱལ་སོགས་པ་འདོ། བདུན་ཆོགས་གཉིས་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཟད་པའི་ཐུབས་ཡོད་པ་ས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོང་  
 པས་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་འདོ། རྒྱ་འགལ་བ་ཡང་དེ་ཡིན་ལ་རང་བཞིན་ཡང་  
 ཡིན་པ་དེ་གོམས་པ་འདི་ལ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བར་ཆོག་ནས་རང་སྤྱད་དོ། དཔེར་  
 ན་གང་མེ་ལ་སོགས་པ་འདི་རྒྱ་འགལ་བའི་རང་བཞིན་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་འདོ། དེ་ལྟ་བུར་  
 བྱུར་བའི་ས་ཡིན་པའི་ཆོས་ནམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྤྱོད་པ་གཉིས་པ་འདོ།  
 བདུན་ཆོགས་སྤྱ་ས་ས་བྱུབ་པ་ས་ཡིན་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་འགལ་བའི་རང་བཞིན་.....  
 གོམས་པ་ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་བཤད་པ་འདོ། འདི་  
 ཡང་ས་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་པ་ཡང་དོ། ལ་ལར་འགའ་ཞིག་བཟླ་ན་  
 ཟེན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བྱུང་ངོ་བོ་དོམས་པའི་ཕྱིར། དེའི་མི་  
 མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱང་དེས་འབྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འགལ་བའི་རྒྱན་བཟླ་ན་བ་  
 མཛད་པ་ཡིན་ནོ། དུས་མང་བོར་ཡང་ནས་པ་མང་བོས་ཞེས་བྱ་བ་སོགས་པས་  
 རྒྱ་འགལ་བའི་རང་བཞིན་གོམས་པ་ཡོད་པ་ཅན་ཡང་བཟླ་ན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ལལ་  
 དེ་འབྱུང་ལྟོན་ཆོག་པ་ཡང་ནས་པ་འདི་ངོ་ དོར་གནས་པའི་ཕྱིར་སྤྱོད་པ་དང་བོ་འདི་

འབྲུ་ལ་སོགས་པའི་དཔེ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལྟར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འབྲུ་ལ་སོགས་  
 པའི་རྒྱན་ལྷན་པའི་ངོ་བོ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེས་ཏེ། འབྲུ་ལ་སོ་ཏེ་པའི་  
 རྒྱན་ལྷན་པའི་ངོ་བོ་ནི་གནས་སྐབས་སྒྱུར་ཆད་པའི་རྒྱུ་ཕྱིར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་...  
 དང་བལ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཚད་པ་དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སྒྱུར་རོ། འབྲུ་  
 ལ་སོགས་པ་ངོ་བོ་དཔེ་གསལ་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཤིན་ཏུ་རྒྱན་  
 ཆད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གང་ལས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་བལ་བ་ཉིད་ཡིན། གཤམ་ཏེ་དེ་  
 ཤིན་ཏུ་རྒྱན་ཆད་པ་ཇི་ལྟར་རྟོགས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། གང་ཞིག་གང་ལ་དཔེ་གསལ་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱིར་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེས་སོ། གང་ལ་རྒྱུ་རྩེ་རང་  
 བཞིན་རིགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡོད་པ་ཞེས་ཆོག་ནམ་པར་སྒྱུར་རོ། རྒྱུ་རྩེ་རང་བཞིན་  
 རེའི་མཚན་ཉིད་རོ། དེ་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་སྟོ་ཡིན་པ་དཔེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལྟེ་  
 རེས་པ་སྟོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་གནོད་པ་ཅན་གྱི་སྒྲིགས་ཀྱི་རང་གཞི་ངོ་བོ་གང་ལ་དེ་བའི་  
 ལ་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། དཔེར་ན་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱུ་ལ་  
 སོགས་པའི་ནད་གཞི་སེལ་པའི་སྟོ་ནས་དེའི་གཉེན་པོ་དེལ་མར་ལ་སོགས་པ་རེས་ཅི་  
 པར་བྱས་པ་ལྟ་བུའོ། གཤན་ཆོགས་གསུམ་པ་ཡང་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི། གང་ཞིག་གང་ཆད་པའི་ཐབས་རིགས་པ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 པས་བཤད་པ་གང་ཡིན་པའོ། དེ་ཉིད་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀྱན་ལྟོན་རང་ཆ་ཆད་པའོ། ཇིས་སྒྲི་  
 ལྟོན་པའི་ཆོ་རྒྱུལ་ཞེས་བྱ་གསལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཆོ་རྒྱུལ་ཅི་ནས་  
 པ་གསུམ་ལྟེ། དེ་ལ་རྒྱ་རྒྱུལ་མངོན་པར་ཤེས་པ་ནི་རྒྱ་རྒྱུལ་གྱི་ཆོ་རྒྱུལ་ལོ།  
 གཞན་གྱི་སེམས་མངོན་པར་ཤེས་པ་ནི་ཀྱན་ལྟོན་པའི་ཆོ་རྒྱུལ་ལོ། ཟག་པ་ཟད་  
 པའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ནི་ཇིས་སྒྲི་ལྟོན་པའི་ཆོ་རྒྱུལ་ལོ། དེར་འབྲས་བུ་ཉིད་

ཡིན་མའི་ཕྱིར་ཀུན་དུ་ཕྱོད་པ་ལ་ཡང་དེ་སྒྲིབ་ཅེས་བསྟན་དོ། རི་མུར་ན་ཀུན་ཕྱོད་  
 པ་ལ་སྒྲོབ་པ་ཞེས་བཤེས་ཅེ་ན། དེའི་ཕྱིར་གང་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་སྒྲོབ་པར་  
 མཛད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་སོ། རྒྱ་མ་མ་སྒྲིབ་ཅེས་བྱ་བ་ནི་འགྲོ་བ་ལ་ཕན་པར་  
 བཞེད་པ་ཉིད་དང་། ཕྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉིད་དང་། བདེ་བར་  
 གཤེགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོབ་པ་ཉིད་བསྒྲུབས་པ་ཡིན་ནོ། གང་གིས་ཕྱིར་འགྲོ་བ་  
 ལ་ཕན་པར་བཞེད་པ་དེའི་ཕྱིར་ཐབས་རྣམས་ལ་ནི་མཛོམས་སྒྲོབ་མཛད་དོ། དེ་བས་  
 ན་ཕྱོད་པ་ཉིད་བརྟེན་པ་ཡིན་ནོ། ཐབས་གོམས་པ་ཅན་ཐབས་ལས་བྱུང་བ་བདེ་  
 བར་གཤེགས་པ་ཉིད་བརྟེན་པ་ཡིན་ནོ། ཐབས་ལས་བྱུང་བ་དང་དེའི་རྒྱ་མཛོམས་  
 རྒྱུ་ཏུ་མཛད་ནས་དེ་དག་ཕྱན་ཅི་མ་ཡོག་པར་ཕྱོད་པར་མཛད་པར་ཕྱིར་སྒྲོབ་པ་ཉིད་  
 བརྟེན་པ་ཡིན་ནོ། འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་དོགས་པའི་སྒོ་ནས་རྒྱ་ཕྱི་མ་ལྷུང་པ་ཡང་  
 རྒྱལ་པར་ཕྱོད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་འདི་རྒྱ་ནི་རྒྱ་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ཡིན་དེ།  
 རྒྱ་མ་སྒྲིབ་ཅེས་བྱ་བ་འདི་དོན་དོ། དེ་ལྷུང་པ་ཡང་དག་པར་ཕྱོད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 སྒྲོབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉིད་དང་། བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 ཕྱོད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་དོ། ཕྱོད་པའི་ངོ་བོ་ཅན་གྱི་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་སྤྱིད་པའི་ཆེས་སྤྱད་པའི་ཤིན་དུ་མི་སྤྱིད་པ་དགག་པ་བཟུན་པ་གང་ཡིན་  
 བ་དེ་ནི། དེ་ལྷ་བྱར་བྱར་བ་ཉིད་ཡིན་གྱི། འདི་ཉིད་ཅེས་བཟུན་པ་ནི་མ་ཡིན་  
 ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དོན་དོ། ཡང་ན་སྒྲིབ་བྱེད་དོན་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་དངོས་པོ་ཡོངས་  
 སྤྱོད་མཁུན་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཚད་མ་ཉིད་བཟུན་པའི་ངོ་བོ་ཅན་ཡིན་གྱི། སྒོག་  
 ཆགས་ཀྱི་གངས་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སྤྱོད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ནི་མ་ཡིན་ནོ།  
 བདེན་པ་བཞི་ནི་ཕྱོད་མཛད་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྤྱག་བསྟེན་གྱི་བདེན་པ་ནི་ཉེ་བར་ཡེན་

བའི་ཕུང་པོ་ལྟེན། ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ནི་གཙོ་བོ་ལྟེན་གྱི་དང་མ་རིག་པ་ལོ།  
 འགོག་པའི་བདེན་པ་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་དང་ཉི་ལོ། ལམ་གྱི་བདེན་པ་ནི་ཐོབ་པའི་  
 ཐབས་བདག་མེད་པ་ཉིད་མཐོང་བའོ། དེ་ལ་བདེན་པ་དེ་རེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་སྦྱེ་བ་དང་འཛིན་པ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་མི་དག་པ་ལོ། མི་སྐུན་པོར་  
 སྦྱར་བའི་ཕྱིར་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་ལོ། བདག་དང་བུལ་བའི་རྟོང་པ་ལོ། བདག་ཉིད་  
 རང་གི་རང་བཞིན་དང་བུལ་བའི་ཕྱིར་བདག་མེད་པ་ལོ། བསྐྱེད་ནས་ཉིད་པའི་ཕྱིར་  
 ཀུན་འབྱུང་བ་ཉིད་ལོ། སྦྱར་ཅ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྦྱར་ལོ། རང་དང་རྩིས་སྤྲུ་  
 མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱུན་ལོ། འབྲེལ་བའི་སྦྱོར་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རེ་བ་  
 ཉུ་སྦྱེ་བའོ། ཕུང་པོ་ཞིག་པའི་ཕྱིར་འགོག་པ་ལོ། ཡོངས་སྤྲུ་གྲུང་བ་ཐོས་སྤྲུ་  
 ཞི་བའི་ཕྱིར་ཞི་བའོ། བཅ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དང་མཛོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་བྱ་ནས་པ་ལོ། སྦྱོན་ཐོས་ཅད་དང་བུལ་བའི་ཕྱིར་ངེས་པར་འབྱུང་བའོ།  
 འཁོར་བ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ཐབས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལམ་པོ། རིགས་  
 པ་དང་ཐུན་པའི་ཕྱིར་རིགས་པ་ལོ། ཡང་དག་པར་སྦྱུང་བའི་རིན་པོ་ལྷན་ན་སྦྱུང་  
 པ་ལོ། ཤིན་ཏུ་ཡང་དག་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཉིད་  
 ལོ། སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་དག་ནི་སྤྲུག་པར་བྱེད་པའི་ངོ་པོ་  
 རབ་ཏུ་སྦྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། སྤྲུག་བསྐྱེད་ཕྱིན་ཅི་ཡོད་སྟེ་དང་། མེད་  
 པ་ཀུན་ནས་འཆིང་བའི་སྦྱོར་མཚན་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལོ། སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་སྦྱུང་  
 པར་བྱ་བ་ཉིད་ཏུ་རབ་ཏུ་བསྐྱེད་སྤྲུག་པ་ཡིན་ནོ། སྦྱུང་པར་བྱེད་པ་ནི་རི་རྩུབ་ཏུ་  
 བཤད་པའི་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་དག་ཡིན་པ་དེ་བས་ན། རེ་ཞིག་སྤྲུག་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་ནས་པ་དང་། ཀུན་འབྱུང་གི་ནམ་པ་གོ་རིམ་བཞིན་ཏུ་རབ་ཏུ་བསྐྱེད་སྤྲུག་

བ་ཡིན་ནི། ཟུག་པ་དང་བཅས་པ་འབྲས་བུ་གྲུང་པ་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། སྐྱུར་  
 སྐྱུར་པ་ཀྱན་འབྱུང་གི་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཕྱིར་རོ།། དེ་བས་ན་དེའི་སྐྱུ་ཅན་  
 གྱི་དངོས་པོའི་ཁྱད་པར་དང་། ལྷག་མ་ཀྱན་འབྱུང་གི་ནམ་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ།།  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀྱན་འབྱུང་དང་སྐྱུར་རོ།། གང་དེའི་སྐྱུ་ཡོད་པ་དེ་ནི་སྐྱུ་ཅན་ནོ།།  
 དེའི་སྐྱུ་ཅན་ཡང་དེ་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྐྱུ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ལྟེ། སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱི་པ་དེན་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དོན་དོ།། དེའི་ཁྱད་པར་ནི་མི་དྲག་པ་དང་སྤོང་པ་དང་། བདག་  
 མེད་པའི་ནམ་པའོ།། ལྷག་མ་ཀྱན་འབྱུང་གི་ནམ་པ་ནི་སྐྱུ་དང་སྐྱུན་དང་རབ་  
 ཏུ་སྦྱེ་བའི་ནམ་པ་ཡིན་དེ། དེ་དག་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་ཀྱན་འབྱུང་གི་རབ་ཏུ་  
 དཔེ་བའི་ངོ་བོ་ཡིན་པ་དེ་ཕྱིར་རོ།། བདག་མེད་པ་ཉིད་གོམས་པས་ཉིན་  
 མོངས་པ་འགོག་པ་ཡོད་པ་རབ་ཏུ་བསྐྱབས་པས་འགོག་པའི་འགོག་པ་ནི་ནམ་པར་  
 བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ།། དེ་ཡོད་ན་ནམ་པ་ལྷག་མ་ཞི་བ་ལ་སོགས་པ་གྲུབ་པར་  
 འགྱུར་རོ།། དེ་བཞིན་དུ་ལམ་ཡང་སྐྱུ་དེ་ཡང་གཞོན་པ་ཅན་ཉིད་ནི་བདག་མེད་  
 མཐོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྐྱུག་བསྐྱེད་རབ་ཏུ་ཞི་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་ཡིན་  
 ནོ།། །དེ་བསྟན་པས་ནམ་པ་ལྷག་མ་གྲུབ་པོ།། འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་  
 དང་སྐྱུ་དང་རབ་ཏུ་ཞི་བ་དང་ཐབས་ཤེས་བྱ་བ་ནི་རྣམས་དཔེ་བའོ།། །

ཚད་མ་རྣམ་འབྲེལ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཤད།      བམ་པོ་བཞི་བཅུ་ཙ་རྒྱལ་བ།

མུང་པོ་ལྷོ་གཞུགས་པ་ལོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞུགས་དང་། མོར་བ་དང་།  
 འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱའོ།  
 ལྷུག་བསྐལ་ལྷུག་པ་གཞུག་ནི། ལྷུག་བསྐལ་གྱི་ལྷུག་བསྐལ་ཉིད་དང་། འཁྲུང་  
 བའི་ལྷུག་བསྐལ་ཉིད་དང་། འདུ་བྱེད་གྱི་ལྷུག་བསྐལ་ཉིད་འོ། རེ་ལ་  
 མོར་བ་ལྷུག་བསྐལ་ནི་དངོས་སུ་ལྷུག་བསྐལ་གྱི་ལྷུག་བསྐལ་ཉིད་གྱིས་ལྷུག་བསྐལ་……  
 ཡིན་དེ། དེའི་སྐུ་དེའི་སྐུ་ནི་སྐུ་དཔེ་སློན་ལོན་ལོ། མོར་བ་བའི་  
 བ་ནི་དངོས་སུ་འཁྲུང་བའི་ལྷུག་བསྐལ་ཉིད་གྱི་ལྷུག་བསྐལ་ཡིན་དེ། དེའི་སྐུ་དེའི་  
 སྐུ་ནི་སྐུ་དཔེ་སློན་ལོན་ལོ། མོར་བ་བའི་བ་ཡང་མ་ཡིན་ལྷུག་བསྐལ་  
 བ་མ་ཡིན་བ་ནི་དངོས་སུ་འདུ་བྱེད་གྱི་ལྷུག་བསྐལ་ཉིད་གྱིས་ལྷུག་བསྐལ་དེ། དེའི་  
 སྐུ་ནི་སྐུ་དཔེ་སློན་ལོན་ལོ། འཁྲུང་བ་དང་འོང་བ་རབ་ཏུ་བསྐྱབས་སུ་ཟིན་  
 གང་ཡང་རྣམ་པ་གཞན་གྱི་སློན་ལོན་རབ་ཏུ་བསྐྱབས་པའི་སྤྱིར་ཡང་ག་ཡེ། མེས་ས་  
 ཅན་སྐལ་གཞན་འགའ་ཞིག་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ལོགས་པ་ས་འཇིག་རྟེན་གྱང་ལན་……  
 བའི་དོགས་པ་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ལོ། རེ་ལ་དང་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤོགས་ས་རམ་མ་དུ་ས་  
 བའི་རྟེན་དང་བྱིས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་འོ། བང་ལ་ཤོགས་ས་པ་མ་མཐོང་  
 བ་ཅན་འདིས་ནི་ཤོགས་ས་ལ་བྱས་པ་ཉིད་ལྟོན་པ་ལྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་……  
 ན་གཞན་ལ་བསལ་བ་རབ་ཏུ་བསྐྱབས་པས། སྐུ་བ་འདི་ལ་ཤོགས་ས་པ་མཐོང་  
 བའི་སྤྱིར་བླགས་གྱི་འཇིག་རྟེན་སྐལ་མར་ཤོགས་ས་པ་ལྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་དེ་……

འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་ན་སྒྲེ་བ་ལྟ་བུ་ལ་ཡིན་ནོ།། དེ་དང་འདྲ་བར་འཛིག་དྲན་  
 ལྟ་མར་གོམས་པ་ལྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་མ་མཐོང་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྗེ་ལྟར་སྒྲེ་བ་  
 འདི་ལ་ལྟར་རི་སྒྲུང་དུ་བཤད་བའི་ཡོན་ཏན་མི་བསལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། འཛིག་  
 དྲན་ལྟ་མར་གོམས་པ་ལྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་མེད་ན་མི་རིགས་པ་དེ་འདྲ་བོས་གོམས་  
 པ་ལྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་དུ་གྱུ་བ་ལ་ཡིན་ནོ།། དེ་བཞིན་དུ་འཛིག་དྲན་ལྟ་མར་གོམས་  
 པ་ལྟོན་དུ་སོང་བ་མ་མཐོང་དུ་ཟིན་ཀྱང་ངོ་།། རང་པོར་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་  
 ལ་གསལ་བར་ཁས་ལེན་ན། རྒྱུས་པས་གོམས་པར་མ་བྱས་པ་དེ་གནས་སྐབས་  
 ལྟ་འཛིག་དྲན་ལྟ་མར་གོམས་པ་ལྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་མེད་པར་བྱགས་ཀྱི་གོམས་པ་  
 ཅན་མ་ཡིན་དེ། རང་པོ་ཐོབ་སྒྲུབ་ཅད་གདོན་མི་ཟ་བར་གསལ་བ་འདོད་པར་འགྱུར་  
 ན། གོམས་པ་མཐོང་བའི་ལྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་དེ་དང་འགལ་བ་ཡིན་དེ་དེ་མ་མཐོང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་ཡང་ལྟོན་དུ་རང་བཞིན་མཚུངས་པར་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་མེད་ཀྱི་  
 ཞེས་བྱ་བ་སྒྲེ་བ་ལྟ་མ་དང་རང་བཞིན་འདྲ་བ་དེས་བྱས་པ་ཡིན་ན་མང་ངོ་།། དེ་བས་  
 ན་ཙེ་ལྟ་མར་གོམས་པ་ལྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་མེད་པ་སྐྱུ་བ་པར་བྱ་བ་ལ་དེ་བསྐྱུ་བས་  
 བར་བྱ་བས་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་པ་ལ་བཞེད་པར་བྱ་བོ། དཔེ་བསྐྱུ་བ་པར་བྱ་  
 བས་སྟོང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་དཔེ་ལས་སོ།། འཛིག་དྲན་ལྟ་མར་  
 གོམས་པ་ལྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ཉིད་མ་གྱུ་བ་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་མ་ཡིན་དེ། ཐོག་མ་མེད་  
 པ་ཅན་ཉིད་བསྐྱུ་བ་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་འདི་རྒྱུ་དུ་  
 གོམས་པ་ལྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ཉིད་སྐྱེ་བསྐྱུ་བ་པར་བྱ་བ་ཡིན་དེ། བསྐྱུ་བ་པར་བྱ་བ་དེ་  
 ལས་ཡང་བསྐྱུ་བ་པར་བྱ་བ་སྟོང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་དང་། གྱུ་བ་པ་ལ་སྐྱུ་བ་མ་ཡིན་དེ།  
 དང་པོའི་གསལ་བ་གོམས་པ་མཐོང་བ་ལྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་



ལྟར་ན་ཐོག་མ་མེད་པ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་ཕ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཤམ་ནོ། ། ལྟར་ན་ཐོག་མ་  
 འདིའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གསལ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་འོ། ། དེའི་རྒྱ་ཉིད་ལ་ཁྱབ་  
 པར་བྱེད་བ་ནི་དེ་ལ་མ་འཁྲུལ་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་བའི་ཡང་འཁྲུལ་  
 པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པ་ལོ། ། དེའི་རང་བཞིན་  
 རེས་བའི་ཡོན་ཏན་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བད་ཀན་གྱི་རང་བཞིན་དུ་རེས་པའི་  
 ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ་དེ་དེ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། ། རང་བཞིན་  
 དེའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཁྲིས་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ལོ། ། དེ་ཙམ་གྱི་རྒྱ་ཅན་ཉིད་ལ་  
 ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་དེ་མཚུངས་པ་ཡོད་ན། དེ་མི་མཚུངས་པ་མེད་པ་ཉིད་  
 ཡིན་པ་དེ་དང་འགལ་བ་ནི་མི་མཚུངས་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན། ཁྱབ་པར་བྱེད་  
 པ་འགལ་བ་དམིགས་པ་ལོ། ། ཐམ་པ་དང་ཐམ་པ་ཁྲུག་པ་དག་མ་ངས་པ་ཡིན་  
 བོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་མཚུངས་པ་ཅན་ཞེས་གང་ཡོན་པ་དེ་ནི། མཚུངས་པར་འགྱུར་དེ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཐམ་པ་མ་ངས་པ་ཡིན་དེ། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་  
 མཚུངས་པ་མེད་པ་དག་ལ་ཡང་རྒྱ་མཚུངས་པ་ཅན་ཉིད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། གང་  
 ཞིག་གང་མཚུངས་སུ་ཟིན་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱུག་པ་མ་ངས་པ་ཡིན་དེ།  
 གཞུགས་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་ཙམ་གྱི་རྒྱ་མཚུངས་པ་ཡོད་ཀྱང་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་  
 པ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པར་  
 འདོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་ནི་ལྟར་ན་ཐམ་པ་དང་རྒྱུག་པ་ལ་གཞུགས་པ་སོགས་  
 པ་ཕྱོགས་སུ་བྱེད་ཅེ་ན། དེ་ཙམ་གྱི་ཉིད་ཡིན་པ་གསལ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལྟོས་སོ། ། གལ་ཏེ་ཐམ་པ་ལ་འབྱུང་བ་ནམས་ཀྱང་ཕྱོགས་སུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་  
 པ་ལ་ཙམ་མེད་ན་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པར་མཚུངས་ན་ཡང་། གཞུགས་

ལ་སོགས་པའི་ཁྱད་པར་ཁས་ལེན་བ་ཡིན་ནོ། གལ་ནི་ཐམ་བ་ལ་འབྱུང་བ་ལ་  
 ཡང་ཕྱོད་སྤྱུ་བྱེད་ན་གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཅན་དུ་མཆངས་པ་ཡང་  
 མཆངས་པ་ཐོབ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་ན། དེའི་ཚོ་ཁས་སྒྲངས་པ་ལས་ཉམས་པར་  
 འགྱུར་ངོ། དེ་ལྟར་ནི་འགྱུར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ལན་འདེབས་པར་བྱེད་ངོ།  
 གལ་ནི་དེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་གི་གྲུབ་པའི་མཐུན་པ་ལོ། བསྐྱུས་པའི་དོན་ལས་  
 འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པ་བདག་པོར་གྱུར་པ་ནམས་ཀྱིས་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱབས་  
 པའི་འབྱུང་བ་ནམས་ནི། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་པ་ནམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་  
 གྲུབ་པའི་མཐུན་པས་ཁས་སྒྲངས་པ་ཡིན་ལ། འབྱུང་བ་ཅས་དུ་སྤྱོད་པའི་འབྱུང་བ་ཐ་  
 དད་པ་མེད་པ་ཉིད་དག་ལས་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་པ་སྤྱོད་པར་འདོད་པ་དེའི་  
 ཚོ། ཐལ་བ་ནི་འདི་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། འབྱུང་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཁྱད་པར་  
 ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྱུར་པའི་ཁྱད་པར་ཐོབ་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། གལ་ནི་  
 རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྱུར་པའི་ཁྱད་པར་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རྒྱ་མཚན་མེད་པར་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤོས་སོ། དེས་པ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་དེ་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་  
 ལ་འགྱུར་ངོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། བདགས་པ་ཡང་རིགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་རིགས་པ་དང་ཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ངོ། དེ་དག་གི་ཁྱད་པར་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་འབྱུང་བ་ནམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡིན་པ་ན་མ་དེས་པ་ཡིན་དེ་འབྱུང་བ་ཐ་དད་པ་  
 དེ་དག་ཉིད་ལས་གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་ཁྱད་པར་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་ངོ། དེ་ལྟར་  
 ནི་འགྱུར་ཉེས་པའི་རྒྱ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། གང་ལ་  
 ཉེས་པའི་རྒྱ་མོད་པ་ཞེས་ཚིག་ནམས་པར་སྤྱར་ངོ། རྒྱ་ཅན་དེའི་གྱུར་པ་གཞན་ཡོད་  
 ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡིན་དཀ། ཞེས་རབ་ཀྱི་རྒྱུ་ཉེས་པ་དེའི་གྱུར་པ་གཞན་

ཡོད་ན་ཡང་ངོ།། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི། གྲིང་བ་དང་ཁྲོ་བ་ལ་  
 སོགས་པའོ།། དེ་བཞིན་དུ་སྦྱོན་གཞན་དག་ལ་ཡང་ཅི་རིགས་པར་བརྟེན་པར་  
 བྱའོ།། ཇི་ལྟར་སྦྱོས་བྱ་རེའི་ཤེས་རབ་མཁྲིས་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་  
 དེ་ལྟར་ན་དེ་ལས་གཞན་ཏེ། རང་བཞིན་དེའི་གཅིག་དུ་ངེས་པར་འགྱུར་བ་  
 ཅན་གྱི་བྱིང་བ་དང་། རྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་ཀྱང་ཅིའི་སྤྱིར་མི་མཐོང་ཞེས་  
 བཤད་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་བསལ་བར་འགྱུར་ངོ།། དེ་ལྟར་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་ནི་གྲུབ་པའི་མཐའ་རྒྱ་བའི་ཡིན་ཏེ། བཤད་མ་ཐག་པའི་ཚུལ་གྱིས་རེའི་རང་  
 བཞིན་གྱི་ཡོན་ཏན་རེ་རེ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ངོ།། གཤམ་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་  
 གཞན་གྱི་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་རེའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱ་དང་ཁྲོ་བ་ལ་སོགས་  
 པའི་རྒྱའོ།། དེ་ཅི་ཇི་ལྟར་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མཁྲིས་པའི་གནས་སྐབས་  
 དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་དེ་ལྟར། ཁྲོ་བའི་རྒྱ་དང་རྒྱལ་གྱི་རྒྱ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། བྱ་དང་བ་ཞེས་སྒྲུབ་པ་ཡོད་ནོ།། བྱ་དང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གྱུར་པ་རེ་རེ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་དུ་ཁས་སྐྱེས་པའི་སྤྱིར་ངོ།། བརྩམ་  
 པའི་བྱ་བ་གཞན་མེད་པའི་སྤྱིར་ངོ་ ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཐོང་བ་ཅམ་གྱི་རྒྱ་མ་ས་གཏོར་  
 པར་སྒྲལ་བ་མཉམ་པའི་རྒྱ་བརྩོས་པར་བྱ་བ་གཞན་ཁས་སྐྱེས་པའི་སྤྱིར་ངོ་ །  
 གཏན་ཚིགས་ས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་  
 ཡང་རྒྱུང་ལ་སོགས་པའི་ཁྱད་པར་ཡོད་ན་ཡང་། ཁྱད་པར་དུ་ཆེ་འགྱུར་  
 རོ་ ཞེས་བྱ་བ་འདྲིའི་འོ།། འདིས་ནི་སྦྱོན་ནམས་ཁྱད་པར་ཡོད་ན་ཡང་ ཞེས་  
 བྱ་བའི་གཞུང་བཅུགས་པ་ཡིན་ནོ་ ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྦྱོན་ནམས་ཁྱད་པར་ཡོད་ན་ཡང་  
 ཁྱད་པར་མེད་སྤྱིར་གྲུབ་ཉིད་མིན་ཞེས་བཤད་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ནོ་.....

ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དེ། ། རྣམས་ཅེ་མཉམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་  
 ཚིགས་ཀྱི་ལྟ་པ་ཡིན་དེ། དེ་ལས་ནང་གི་རིག་བྱ་སྤྱེ་བའི་ཕྱིར་དོ། ། དེ་  
 ལས་གཞན་བའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་པར་བྱེད་པ་འདྲི་ཡོ། ། རྒྱ་བ་ཟད་ནས་ཁྲག་  
 འཛིག་བའོ། ། དེ་ཙམ་གྱི་རྒྱ་ཅན་ཉིད་ལ་དེ་ངེས་པ་ཡོད་ན། ངེས་པར་  
 ཡོད་བས་ཁྱབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་བ་ཡང་ཡོད་པར་མ་ངེས་པ་ཡིན་  
 བ་དེ་ལྟར་ན། ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་བའོ། ། གཞུགས་དང་  
 རྒྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་ཡོད་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདུན་པའི་ཚིག་གཉིས་བའོ། །  
 ལྷུ་བ་ལས་སྤྱུ་བ་པ་ཉིད་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞུགས་དང་། རྒྱ་བ་ཙམ་གྱི་  
 ཅན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་འདོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དོ། ། གཞན་འདོད་  
 ཆགས་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་དུ་བཟུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྣམས་ཅེ་མཉམ་པ་ལ་སོགས་  
 བའོ། ། ཁྱོ་བ་ལས་བཞློག་པ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉིད་ལས་གནས་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་ཁྱོ་བ་ལས་བཞློག་པ་སྟེ། འགལ་བ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་རང་བཞིན་བད་  
 ཀན་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་ལས་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དེ། དེ་ལས་སྤྱེས་པ་  
 ལ་དེ་དང་མི་འགལ་བའི་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ཁྱབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་བཞློག་པ་  
 འགལ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་གནས་སྐབས་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་  
 བ་དམིགས་བའོ། ། དེ་ལ་གནས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 ཉིད་ལ་གནས་པའི་དོ། ། རང་བཞིན་གཉི་ག་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་འདོད་  
 ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་གི་བད་ཀན་དང་། མཛེས་བཟ་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 འདུས་པ་ལས་གཉིས་ཀ་སྟེ་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་འཇུག་གོ། ། དེ་བས་ན་འདོད་  
 ཆགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉིད་ལས་ཞེ་སྤང་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ཅོ་སྟུམ་དུ་སེམས་སོ། །



ཞིག་བདག་དང་བདག་གི་ར་ལྟ་བུ་རིགས་མཐུན་པ་ལ་རག་ལས་པས་འཇུག་པ་ཅན་  
 དང་། རྒྱུ་ཁྲི་བར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་བག་ཆགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ལ་  
 རག་ལས་པས་འཇུག་པ་ཉིད་བཟུན་དོ། ། དེ་དག་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་བ་སྣ་ཚོགས་  
 པ་གཞན་དང་གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། དེ་དག་ཅེས་བྱ་བས་ནི་འདོད་  
 ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་། སྣ་ཚོགས་པ་ཞེས་བྱ་བས་ནི་རིགས་ཀྱི་བྱུང་པར་དང་།  
 གཞན་དང་གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་བཟུན་དོ། ། ཡང་  
 ཇི་ལྟར་ན་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་ཉིད་ཡིན་འགོ་ག་པ་  
 ན་འབྱུང་བའི་ཚོས་ཉིད་ཡིན་པ་ཡང་འགོག་པར་འབྱུང་ཞེ་ན། རྒྱུ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཉེས་པ་རྣམས་ནི་འབྱུང་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 སྒྲིམ་དོ། ། འདི་ལྟར་མཐིམ་པ་ནི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་མེད་དང་། བད་ཀན་ནི་འབྱུང་  
 པ་ཆེན་པོ་ཆུད་རང་བཞིན་ཡིན་ལ་རྒྱུ་ལ་ནི་རང་གི་སྣ་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་དོ། ། གཞན་  
 ནམ་གཞན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་དེ། ཐ་དད་བར་ད་སིགས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། གཞན་ཡང་མ་  
 ཡིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་དེ་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་དང་འདྲ་བར་དུ་མ་ཉིད་དུ་ཐལ་བའི་  
 ཕྱིར་དང་གཞི་ཉིད་ཉམས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། གང་ལས་དེ་རྟེན་ཡིན། གཞུགས་ལ་  
 སོགས་པ་འཇུག་། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་འདྲ་རྟེན་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་ན་ཁས་  
 འཇན་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མང་པོ་ཉིད་ཁས་ལེན་པར་འབྱུང་ནའོ། ། རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་དེ་ཅུ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དག་སྟེ། ཡིད་  
 ཀྱི་སྣ་ཉིད་ཀྱི་རྟེན་བཀག་ཟིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། ། དབང་པོ་འདི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 ནི་ལྟ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེད་པའི་རྣམ་པ་སོ་སོ་ཐ་དད་

བ་ཁས་ལེན་ན་ཉེས་པ་འདི་ཡིན་ནོ། ། དབང་པོ་གཅིག་གིས་བརྒྱུང་བ་ཉིད་ལ་སོགས་  
 བའི་སྒྲིན་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་སོགས་པའི་སྒྲུས་ནི་གཅིག་སྟེ་ན་ཐམས་ཅད་  
 སྟེ་བ་དང་། གཅིག་འགོག་པ་ན་ཐམས་ཅད་འགོག་པ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱུང་ངོ་། །  
 ཁས་སྒྲུངས་ནས་འབྱུང་བ་བཞི་པོ་རང་རྟེན་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོམ་དེ། །  
 སོ་སོར་འཇུག་པ་མ་ཡིན་པས་ན་ཐ་དད་པ་མེད་པར་འཇུག་པ་ཅན་མོ། ། གང་ཡིན་  
 བ་དེ་ནི་རྟེན་དང་བརྟེན་བའི་ངོ་བོར་ངེས་པའི་རང་བཞིན་འདི་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ།  
 འབྱུང་བའི་རྟེན་དུ་ངེས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཞིང་གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་བརྟེན་བས་  
 ངེས་པའི་རང་བཞིན་ནོ། ། གལ་དེ་རེ་ལྟར་མི་འདོད་པ་དེའི་ཚོ་དེ་དག་གིས་རང་  
 བཞིན་ངེས་པ་མེད་ན། ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་པ་རྟེན་དང་བརྟེན་བའི་ངོ་  
 བོ་མེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། ། རྒྱུར་བྱས་པའི་གཞུགས་ཉིད་ཀྱི་ངེས་པའི་མི་རུང་  
 བའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྱུང་བ་དག་རྒྱུར་བྱས་ནས། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་  
 གནས་པ་དེའི་ཕྱར། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ཉིད་རྒྱུར་བྱས་པའི་གཞུགས་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུར་བྱས་པའི་གཞུགས་ཉིད་ཀྱི་ངེས་པ་མི་རུང་ངོ་། ། དེ་བས་  
 ན་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་དང་བརྟེན་བའི་ངོ་བོར་ངེས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་  
 བརྟ་བར་བྱའོ། ། ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། ། དེ་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་རྟོག་ན་ནི་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་ལྷན་དང་། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དག་འབྱུང་བ་དང་། འབྱུང་བ་ལས་  
 རྒྱུར་བ་བཞིན་དུ་རྟེན་དང་བརྟེན་བའི་དངོས་བོར་རྟོགས་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། །  
 བརྟན་བའི་ངོ་བོས་ལྷན་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་རྟེན་ཡོད་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐད་ཅིག་ཆ་  
 ཉིད་ས་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར་རོ། ། ལྷན་བརྟེན་བའི་ངོ་བོ་ཡིན་ནོ། ། དེ་དག་  
 ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་མ་ལྷན་པའོ། ། དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་





བ་དད་པར་གནས་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པའོ། །  
 ཆར་གྱུར་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱད་པར་གྱུར་པ་ལའོ། ། དེ་དམ་པའི་ཞེས་བྱ་བ་  
 རི་རྩམ་སྐྱ་ཡོད་པའི་ལོ། ། གཏན་ཆོགས་མ་གྱུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱོས་པའི་  
 རྩམ་པ་ཡང་ཆར་ཞེས་བྱ་བའོ། ། དངོས་འཛིག་འགྱུར་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 ལ་དངོས་པོ་དེ་འཛིག་པར་འགྱུར་དེ། གཏན་ཆོགས་མ་གྱུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 བང་གཞན་གྱི་བྱོས་པའི་རྩམ་པའི་བ་དད་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཆར་གནས་པ་ན་ཡང་  
 བྱོས་པའི་རྩམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤད་པ་འདི་མ་གྱུབ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཏན་ཆོགས་མ་གྱུབ་པ་འདོད་པ་ཉིད་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཟུན་ས་ཐག་པའི་རྣམ་  
 པ་འདིས་ཀྱང་བྱོས་པའི་རྩམ་པ་བ་དད་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་གཏན་ཆོགས་མ་གྱུབ་  
 པར་གནས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་བྱ་བའི་དོད་དོ། ། ཆར་མ་ཆར་བ་མེད་པར་  
 གནས་པའི་ངོ་བོར་གནས་པ་བྱོས་པའི་རྩམ་པ་གྱུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ལྟར་ན་  
 གཏན་ཆོགས་ནི་བ་དད་པར་སྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས། འདེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་སྐྱོས་སོ། ། བང་གི་ཆོ་བྱོས་པའི་རྩམ་པ་བ་དད་པ་མ་གྱུབ་པ་དའི་ཆོ་དོན་དམ་  
 པ་འདི་དེ་དང་བཅུ་དེ་དངོས་པོ་བཅུ་པ་བར་བྱ་བ་དེ་ཕྱིར། སངས་རྒྱལ་བས་  
 བཤད་པའི་གཏན་ཆོགས་གྱུབ་པ་ཉིད་ལྟ་བུར་བའི་ཕྱིར། བང་གི་ག་ག་ཁོ་ན་ཡིན་  
 པ་དེ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱོས་སོ། ། ཆར་བ་བ་དད་པ་ཅན་དེ་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་བང་ལ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པར་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་ཐེ། དེ་དག་གིས་  
 རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ལྷན་དང་སེམས་དག་གི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོ་སོ་པས་ཡུལ་  
 གཞན་འཛིན་པ་ཅན་གྱི་རང་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་གི་ཡུལ་ལས་  
 གཞན་པ་ལང་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། །

ཡང་དག་པར་རིག་པར་བྱེད་པ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་རྣམ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་གྱུར་པ་  
 ནི་རང་གི་རིག་པ་ལོ། ། གཡ་ཏེ་རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཕྱས་དང་སེམས་ལྷན་ཅིག་དམིགས་  
 པའི་བྱིར་ཅིག་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ལྷན་ཅིག་དམིགས་པ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་སྟོས་པ་ལ། དེ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་གྱི་ཕྱས་སོ། ། དམིགས་པར་བྱེད་པའི་  
 སེམས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞི་མཐུན་པ་དང་། དམིགས་པར་བྱེད་པའི་སྟེས་བྱའི་  
 སེམས་གང་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་སོ། ། ཡང་རྣམ་པ་གཞན་དུ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 སྦྱང་བ་ཐ་དད་ཅན་ཏྲ་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་རེ་རྣམ་པ་གཞན་དུ་འཆང་པར་བྱེད་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། ། ཕྱས་ཀྱང་དབང་པོ་གཞན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱས་ཀྱི་དབང་  
 བོའས་མིག་གི་དབང་བོས་སོ། ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་གཞན་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་ཡིད་ཀྱི་དབང་བོས་སོ། ། གང་གི་ཆེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྤྲ་མ་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ཕྱི་མས་དམིགས་པ་ན་རང་རིག་པ་ཡོན་དུ་ཟིན་ཀྱང་དབང་པོ་གཞན་ཡིན་ཉིད་པ་  
 དེ་ཡིན་ཉིད་ཏེ། རྒྱལ་བོ་འགགས་མ་ཐག་པ་ཡི། རྣམ་པར་ཤེས་གང་ཡིན་  
 དེ་ཡིད་དོ་ཞེས་ཡིད་ཀྱི་དབང་བོས་རྣམ་པར་བཞག་པའི་བྱིར་སོ། ། མེད་གཞུགས་  
 དང་རྒྱུད་གི་རིག་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། མེད་གཞུགས་མིག་གི་དབང་བོས་སྤྲ་  
 རྒྱུད་གི་རིག་བྱ་ཕྱས་ཀྱི་དབང་བོས་གཞུང་བ་ལྟ་བུའོ། ། གཡ་ཏེ་མཐོང་  
 པས་བཞུང་བར་བྱ་བ་དང་། རིག་པར་གཞུང་བར་བྱ་བ་བྱེ་བྲག་པ་ལ་སོགས་  
 པ་རྣམས་གཅིག་ཡིན་པར་འདོད་པ་དེའི་ཆོ། རྒྱུང་བ་ཐ་དད་པ་ཅན་གྱིས་གཞུང་  
 པར་བྱ་བ་ཡང་གཅིག་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་རང་བོ་མ་ངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མཐོང་  
 པ་དང་རིག་པ་དག་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་ཏེ། ཡན་ལག་ཅན་གྱི་  
 རྣམ་སྤར་བཀག་ཟིན་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་སོ། ། གཞན་ཅིགས་སྤྲ་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉི

[illegible]

ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། རེ་ལྟར་ན་ཕྱི་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཉིད་  
 རི་ཐ་དད་པ་དང་། ཐ་དད་པ་མེད་པར་ནས་པར་བཞག་པ་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ནི་  
 ལྷུས་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་དེ། དངོས་པོ་ནམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་བྲལ་  
 བས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ལྷན་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་ངག་གི་སྒྲ་དང་། ལྷང་གི་  
 རྒྱད་པར་དབྱུགས་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྒྲིའི་རྒྱད་པར་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་དུ་་་་  
 བདག་ས་བ་དེ་དག་ཀྱང་རིག་ས་མཐུན་པ་ནི་སྒྲིའི་རྒྱད་པར་སྐྱ་བ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །  
 གཤམ་དེ་རྒྱས་པ་ཐམས་ཅད་ཡོད་པ་ནི་ཡིན་ན། ཐ་མའི་གནས་སྐབས་ན་འདྲི་ནི་  
 ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཐ་དད་  
 པ་འདི་གང་ལས་ཡིན་ཞེ་ན། འཇིག་རྟེན་སྤང་བ་དང་འཇམ་པ་འདི་ལས་མཚུངས་  
 པ་ལ་འབྱུང་ལ་ནི་ངོ་མཚར་ཆེ་སྟེ། འདི་ལྟར་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་། ལྷན་ཅིག་  
 བྱེད་པ་འདི་ནམ་པར་དབྱེ་བ་འདི་ནི་བྱིས་པ་ཚུན་ཆད་ལ་རབ་དུ་བྱུགས་པ་མིན་ནོ། །  
 དེ་ལྟར་ན་མིག་དང་གཟུགས་དང་སྒྲུབ་བ་དང་། ཡོད་ལ་བྱེད་པ་འདི་སོགས་མན་  
 ཚུན་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་སྐྱེ་མ་ལས་ཕྱིས་ཀྱི་མིག་ལ་སོང་པ་འདི་རྟོག་པ་སྐྱེ་བར་རྒྱུར་་་  
 རོ། །དེ་ལ་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ཉེ་བར་ལེན་པ་དག་ཐ་དད་པ་མེད་ན། ཅི་འདི་ཕྱིར་  
 རྟམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་ཀྱི་ནམ་པར་ཤེས་པ་འདི་སྐྱེ་བ་ཇེས་སུ་བྱེད་ཀྱི། མིག་དང་  
 གཟུགས་དག་གི་མ་ཡིན། མིག་གི་སྒྲ་དེག་མ་གཉིས་པ་མིག་གི་རྗེས་སུ་  
 བྱེད་ཀྱི། རོགས་པ་འདི་ངོ་བོ་འཇམ་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱན་གྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་  
 མ་ཡིན། གཟུགས་ཀྱི་སྒྲ་དེག་མ་གཉིས་པ་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་འདི་རྗེས་སུ་  
 བྱེད་པས་འབྱུག་གི་རོགས་པ་འདི་ངོ་བོ་ཉིད་དམ། མིག་གི་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་  
 མ་ཡིན། དེ་ལྟར་ན་གཤམ་དེ་ཉེ་བར་ལེན་པས་བྱས་པ་མི་འདོད་ན་བྱེད་དང་། རོ་དང་།

རིག་ལུ་ལ་སོགས་པ་མན་ཚུན་ལྷན་ཅིག་ཤིང་པ་ནམས་ཀྱི་ལྷན་གྱི་ཐ་དང་པ་འདྲི་གང་  
 གིས་བྱས་པ་ཡིན། གང་གི་ཚེ་ལྷན་གཞན་གྱི་ནམ་པར་ཤེས་པ་བདག་པོར་ལྷན་  
 པ་ལས་ལྷན་གཞན་ལ་ནམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ་པ་དེ། ཅི་འདྲི་ལྷན་གྱི་ལྷན་གཞན་དང་  
 འབྲེལ་པར་མི་འགྲུང་། དེ་བཞིན་དུ་ས་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་སྟེས་པར་ལྷན་  
 པ་འདྲི་ལྷན་གྱི་ལྷན་གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་འདྲི་ལྷན་བཞིན་པར་བྱའོ། དེ་ལས་ན་  
 རིགས་མཐུན་པ་དང་རིགས་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པ་འདྲི་ལྷན་ཐ་དང་པར་ནམ་པར་བཞག་  
 པ་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པས་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ཀོ། དེར་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱང་རིགས་མཐུན་  
 པ་ཉིད་ཀྱི་ལྷན་ཡིན་ཀོ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཐ་དང་པ་དང་ཐ་དང་པ་མ་ཡིན་ན་པ་པར་  
 བཞག་པས་ལྷན་མེད་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་འོ། དེ་བས་ན་འབྲུང་བ་བཞི་ལས་ཐ་དང་  
 པ་འདྲི་སེམས་ཉིད་ཀྱང་རིགས་མཐུན་པ་འདྲི་ཉེ་བར་ལེན་པས་སྟེད་པར་འགྱུར་འོ། རྗེ་  
 ལྷན་འབྲུང་པ་དེ་དག་ཉིད་ཐ་དང་པ་མེད་པར་འཇུག་པ་ཡིན་དུ་རྗེས་ཀྱང་ཐ་དང་པ་འདྲི་  
 རིགས་མཐུན་པ་འདྲི་ཉེ་བར་ལེན་པར་བྱས་པ་ཡིན་ཀོ། ཅིག་ཤེས་ལྷན་ན་རྟོགས་  
 པ་འདྲི་འོ་མ་ཡིན་པ་འདྲི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལས། སེམས་འབྲུང་བར་འགྱུར་བ་ན།  
 འབྲུང་པར་ལྷན་པ་སྟེས་འབྲུང་པ་དང་འབྲུང་པ་རྟོགས་པ་འདྲི་པར་བཞེས་མ་ཡིད་པ་  
 ཉིད་དུ་འགྱུར་འོ། བ་ལང་གི་སྟེ་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་གཟུ་ཀ་ལ་སོགས་པ་  
 འབྲུང་པ་འདྲི་སྟེད། ཉེ་བར་ལེན་པ་གིས་པ་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནས། དེ་དང་  
 དེ་ནི་མ་དབྱེད་པར་བཞིན་པ་ཡིན་ཀོ། དེ་ལྷན་ན་རེ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་པ་དག་གི་བ་ལང་  
 གི་སྟེ་བ་ཉེ་བར་ལེན་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་དེས་དངས་པའི་གཟུ་ཀ་འདྲི་ལྷན་སྟེ་  
 པ་པ་ཡིན་པར་འདོད་འོ། བྱངས་ཅན་པ་དག་ཀྱང་བ་ལང་གི་སྟེ་བ་འདྲི་ཡོན་དན་མཐུས་  
 གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ལས་ཡོན་དན་གཟུ་མ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་གཟུ་ཀ་འདྲི་སྟེ་པར་

འདོད་དོ། བྱེ་བྱེ་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་གི་གནད་གིས་ཀྱང་། བ་ལང་  
 གི་སྐྱེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འཛུགས་གཅིག་ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། འདོད་ཀྱང་  
 གཟུགས་དང་ཁྱི་དང་རོ་དང་། རིག་བྱ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་བརྒྱད་པ་དུས་པ་ཡིན་ནོ།  
 དེ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལས་གཟུགས་སྐྱེ་ཞིང་དེ་བཞིན་དུ་རོ་པས་རོ་ཡིན་  
 བ་དེ་ལྟར་ན། རིགས་མཐུན་པ་ཉིད་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 བཞི་ཙམ་དུ་སྐྱེ་བ་དག་ཀྱང་བཞི་པོ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་དེ་ལྟར་ན། རིགས་མི་མཐུན་  
 བའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཉིད་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་དུ་  
 སྐྱེ་བ་དག་ལ་ཡང་སྤྱི་རྒྱུ་དོན་གྲུབ་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་  
 ལས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན། དེ་ལ་ནི་འབྱུང་པ་ཉིད་ཡོད་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ། ས་དང་མའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་ཉེ་བར་ལེན་པ་མ་ཡིན་དེ།  
 དེ་ཉིད་དང་འབྲེལ་བ་དེ་འདྲེ་གྱུར་འབྲེལ་བར་ཐམ་བཤེས་ཀྱིར་བོ། དེ་ལྟར་ན་དེ་འདྲེ་  
 བརྒྱུད་པ་དང་ཡོད་གཞུངས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ལྟན་པར་ཐམ་བཤེས་ཀྱིར་བོ། ལ་མ་  
 འདོད་བྱུང་བ་མང་བས་དེ་ཞིག་བཞག་གོ། དེ་བས་རྣམས་ཀྱི་གང་ཡིན་པ་དེ་རང་གི་  
 གྱུར་ལས་བྱུང་བའི་ངང་ཚུལ་སྐྱོན་ལ་འཛིན་པ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཅན་ཡིན་དེ། དཔེར་ན་དེ་  
 ལྟར་གྱི་ལྟ་བུ་རོ། མངལ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡོད་པ་ཡང་སྐྱོན་ལ་འཛིན་པ་ཉེ་བར་ལེན་  
 བྱ་བ་ནི་འབྲས་བུ་ཡི་གཏན་ཚིགས་སོ། གཞན་ཉེ་བར་ལེན་པ་འདྲེ་གྱུ་ཉིད་པས་ལ་  
 བ་དང་། གྱུ་མེད་པར་སྐྱེ་བ་བཀག་པ་ནི་བསྐྱོག་པ་ལ་གཞན་པ་ཅན་གྱི་ཅད་མ་  
 ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་ན་ལྟོག་པ་ལ་ཐོ་ཚུལ་ཟ་བ་ཅན་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་  
 ན་འབྱུང་བ་རྣམས་སྐྱེད་ཅིག་མ་ཉིད་དུ་ཁས་སྐྱེད་ནས། འཇིག་རྟེན་གྱི་སྐྱེད་པ་  
 སྐྱོལ་བ་བཤོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་འབྱུང་བ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཉིད་ཡིན་པ་བཀག་པ་ཉིད་ཀྱི་

སྤྱིར་བསམ་པ་ཡིན་ནོ། ཡང་ཞེས་བྱ་བ་དེ་སྒྲུབ་ཅི་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྣམ་ཤེས་  
 ཡིན་པ་འང་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས། ཅི་བར་ཡོན་མེན་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་དེ་མཛོའི་འང་གི་  
 སྒྲུ་ཡིན་ནོ། གཞན་གྱི་གནུང་གི་ལྷན་ལ་སོགས་པ་གོ་རིམ་ཉིད་མེད་པ་ཅན་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་དེ་འབྲས་བུ་འདོད་ཅགས་ལ་སོགས་པ་གཅིག་ཅར་སྤྱེ་བར་  
 ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། གལ་དེ་ཡང་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་གྲངས་ཅན་  
 གྱི་འདོད་པའི་དོགས་པ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ། གྲངས་ཅན་གྱིས་མེད་པ་སྤྱི་བ་མེད་  
 པའི་སྤྱིར་དང་། ཐམས་ཅད་དྲུ་རིམ་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གྲུར་པ་དཔྱིགས་པ་དེ་  
 སྤྱིར། ཐམས་ཅད་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་རྒྱས་པ་ཁས་སྤངས་པར་བྱ་སྟེ། འདི་  
 ལྟར་སྤང་བོ་ཆེ་ལ་སོགས་པ་རྩ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཟས་ཡོངས་སྤྱུར་པ་ཐོབ་པ་ཅན་ ..  
 ཡིན་པ་དེ་བས་ནི། དེ་དག་གི་རྒྱས་པ་ནི་རྩ་མཛོག་གི་ཆེ་མོ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། སེམས་མཛོན་པར་བསམ་པ་མ་ཡིན་པ་ཅན་གྱི་འབྱུར་  
 པ་རྣམས་ལ་སྤང་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ངོ་བོ་འདི་སེམས་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ཉིད་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སྤྱར་རོ། དེ་བཞིན་དུ་རྩ་མཛོག་གི་ཆེ་  
 མོ་ལ་སྤང་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ངོ་བོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཡོད་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤྱར་རོ། སེམས་དཔྱིགས་པའི་སྤྱུབ་པར་བྱེད་པ་གཤམ་པ་ལ་སྟེ་  
 པའི་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། དེ་ལྟར་ན་གལ་དེ་གསོན་པོའི་ལྷན་  
 པ་ཞིན་དུ་མཛོན་པར་མི་གསལ་པ་དེ་གནས་སྐབས་ན་ཡང་། སེམས་བདག་ཉིད་  
 ཐམས་ཅད་མ་ཆང་བ་མེད་པར་འགྱུར་བ་དེ་དེ་མོ། འབྲས་བུ་རྩོམ་པ་ལ་ཤེགས་  
 བྱེད་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཤེགས་བྱེད་པ་ཡོད་ན་ཡང་དེ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཁས་  
 སྤངས་པར་མི་བྱའོ། གཞན་ཡོད་ན་དེ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ཅི་སྤང་བོ་ཆེ་ལ་

སྟོན་པ་ལོ། བདེ་བའི་ངོ་བོ་མ་ཡིན་པ་ཅན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདེ་བ་མ་ཡིན་  
 པ་ནི་ངོ་བོ་ཅན་གྱི་སྤྱད་པ་ལྟར་ཡིན་དེ། དེ་ནི་བདེ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ཉིད་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྣམ་པར་མངོན་པར་འདོད་པ་ལྟར་པོ་རྟེ་བ་ཀྱང་མངོན་  
 བར་གསལ་བ་དང་སེམས་ཉིད་ནའོ། ། གཞན་ཡིན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོན་པ་སྟེ་  
 པ་མ་ཚང་བའོ། ། རྒྱུད་པར་འདི་དྲེན་ཅན་གང་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་བཤད་པ་ནི་འགྱུར་  
 བ་ལྟར་དུ་བྱུང་བ་ལ་བདེན་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྟེ་བའོ། ། རྒྱུན་ཆད་པ་འཛིན་པ་ཡིད་  
 བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི། གང་ལ་རྒྱུན་ཆད་པ་འཛིན་པ་དེ་ནི་རྒྱུན་ཆད་པ་འཛིན་  
 ཡོད་པ་ཅན་ནོ། ། འདོད་ཆགས་ལ་སྟོན་པ་འདི་རྒྱུད་པར་གྱི་འབྲས་བྱ་ཅན་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི། གང་ལ་འདོད་ཆད་ལ་སྟོན་པ་འདི་འབྲས་བྱ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བར་ཆོག་པས་  
 བར་སྤྱད་ནོ། ། དེ་ལྟར་ནི་འགྱུར་མེད་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྟོན་པ་མས་ནི། གཞན་གྱི་  
 བསམ་བཤི་དོགས་པ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་དེ། འདོད་ཆད་དང་བསམ་བཤི་འགམ་ཞིག་ཀྱང་སྤྱི་  
 བར་འགྱུར་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། གང་གི་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་ལ་སྟེ་  
 བའི་རྒྱ་འཕེལ་བ་དང་འགྲིལ་བ་ཐ་དང་ཀྱང་སྟོན་པ་ཆགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩིས་སྤྱོད་  
 འགྲོ་བ་བདག་ཉིད་མཚུངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་ཟད་པ་འཛིན་པ་རོ། ། གལ་ཏེ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སྟོན་པ་མི་དཔེ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། ། བདག་ཉིད་འབྲེན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྟ་  
 བའོ། ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་ནི་རྒྱ་མཚུངས་པ་དག་ལས་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་དེ།  
 འདོད་ཆགས་ལ་སྟོན་པ་དེ་དག་གྱི་མཚུངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་འབྱུང་བ་ཞེས་  
 བྱ་བ་འཛིན་ནོ། ། རྒྱ་མཚུངས་པ་འདི་བདག་ཉིད་ལས་བྱུང་བ་དེ་ལྟར་ན་བདག་ཉིད་  
 མཚུངས་པ་ལས་བྱུང་བའོ། ། གལ་ཏེ་བདག་ཉིད་མཚུངས་པ་དང་རྩིས་ཤིན་ཏུ་  
 བ་དང་ལྡན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྟོན་པ་དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། བདག་ཉིད་



མཚུངས་པ་ཡོད་ན་ ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་སྟོ།། བདག་ཉིད་མཚུངས་པ་  
 དང་། ཆེས་ཤིན་དུ་བ་གཉི་ག་ཡང་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་  
 ན་ནི། དེ་ལ་མཚུངས་པ་ལས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་འཆད་པར་མི་འབྱུང་  
 ཞིང་། ཆེས་ཤིན་དུ་བ་ལས་ཐམས་ཅད་དུ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་མཚུངས་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ་ ཞེ་ན། དེའི་སྤྱིར་གཅིག་ལ་གཉི་ག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་སྟོ།། ཡོན་ཏན་ནམ་ཆོས་ཏྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཆོས་ནི་བྱི་འག་  
 བའི་གཞུང་གིས་སྟོ།། ཡོན་ཏན་ནི་གྲངས་ཅན་ལ་སོགས་པ་དེ་གཞུང་གིས་སྟོ།།  
 དེ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་དེ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཏྲོ་བ་ཉིད་ལོ། བྱང་པར་  
 བཅས་པའི་གཏན་ཆོག་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཞིག་ཆོས་ཅན་གྱི་རིགས་སམ། ཡོད་  
 ཏན་ཅན་གྱི་རིགས་གང་ལ་ཞེ་བྱ་བ་ནི་བྱང་པར་ཡིན་དེ། ཏྲོ་བ་པ་མ་བརྟམ་  
 བར་མེ་ཆོས་ཅན་ཉིད་མ་ཡིན་ཞང་། ཏྲོ་བ་ཉིད་ཆོས་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྟོ།  
 དེ་བས་ན་མ་ངེས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ལ་ཡང་ཏྲོ་བའི་བྱང་པར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ལ། དེ་ལ་ཏྲོ་བ་ཉིད་ནི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་མེ་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར་ དེ་ཉིད་  
 ཆོས་ཅན་ཡིན་ནོ། འདི་ལྟར་ཏྲོ་བ་དེ་ལས་འབྱུང་བ་ལས་གྲུང་བ་ལྟེ། འབར་  
 བའི་གཞུགས་ཅན་མེ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་བ་དེ་བམ་ན། རྒྱ་ཏྲོ་བ་ཉིད་འཆད་པ་ན་དེའི་  
 འབྲས་བྱ་འབར་བའི་གཞུགས་ཅན་རྣམ་པར་འཆད་པ་ཡིན་དེ། རྒྱ་མེད་ན་འབྲས་  
 བྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་སྟོ། དེ་བས་ན་འབར་བའི་གཞུགས་ཅན་གང་ཡིན་པ་ཡོད་མ།  
 ཏྲོ་བ་ཞིག་པ་སྤྱིར་པ་མ་ཡིན་ནོ། དེའི་སྤྱིར་འབར་བའི་ཆོས་ཅན་དུ་གྲུང་བ་ལ་  
 ཏྲོ་བའི་ཆོས་སྤུལ་དུ་གྲུང་བ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་མེད་ན་གང་གིས་ན་དེ་ཆད་པ་མེད་པས་  
 མ་ངེས་པར་འབྱུང་། གལ་ཏེ་འབར་བ་ཆོས་ཅན་ཡིན་ཡང་སྟེ། དེ་བ་ཞུགས་

དང་རེག་བྱ་ལས་ཐ་དང་པའི་རྩམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། རེག་  
 བྱ་དང་གཞུགས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་སོ། ། རི་ལྷར་རྩོམ་ཉིད་ཀྱི་འཕར་  
 བ་ནི་ཆོས་ཡིན་ལ། རྩོམ་ཉིད་ནི་ཆོས་ཅན་དང་སྐྱུ་ཡིན་པ་དེ་པས་ན་འཕར་བ་  
 ཡོད་ན་ཆོས་ཅན་དྲུག་པ་འཇུག་། སྐྱུར་གྱུར་པའི་རྩོམ་ཅན་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྷར་  
 དཀར་བོ་ལ་སོགས་པའི་བ་ལང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་། བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 ལུས་ཆོས་མ་ཡིན་ཞིང་། དཀར་བོ་ལ་སོགས་པ་དང་། བདེ་བ་ལ་སོགས་  
 བ་ནི་བ་ལང་དང་ལུས་ཀྱི་སྐྱུ་མ་ཡིན་ནི་ཞེས་ནས་པར་དབྱེ་བ་བསྐྱུར་ནས་སྐྱུར་བར་  
 བྱུང་། ཅིག་ཤོས་ལྷར་ན་ནི་གཞན་ལུས་སྐྱུ་ཉིད་དྲུ་འདོད་པ་དེ་ལྷར་ན་རི་ལྷར་  
 ན་ཐལ་བར་འགྱུར། གལ་དེ་ལུས་སམ་བ་ལང་ཆོས་སྐྱུ་འགྱུར་ཞིང་། དཀར་  
 བོ་ལ་སོགས་པ་དང་། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཅན་དང་སྐྱུར་གྱུར་པ་དེ་རི་ཆོ་  
 བ་ལང་དང་ལུས་གནས་པ་ཡོད་ན་དཀར་བོ་ལ་སོགས་པ་དང་། འདོད་ཆགས་  
 ལ་སོགས་པ་འཆད་པར་མི་འགྱུར་རོ། ། འོན་ཀྱང་བ་ལང་དང་ལུས་ནི་ཆོས་ཅན་  
 ཉིད་ཡིན་དེ། ཡི་གེ་དང་ནི་སྐྱུ་ཡང་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། ། གཞན་ནི་དེའི་  
 ཆོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དཀར་བོ་ལ་སོགས་པ་ནི་བ་ལང་ལ་སོགས་  
 པ་དེའི་ཆོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ། གཞན་ཆོགས་ཀྱིས་ཆོས་ཅན་བ་ལང་ལ་སོགས་  
 པ་དང་། ལུས་གནས་པ་ན། ཆོས་དཀར་བོ་ལ་སོགས་པ་དང་། འདོད་  
 ཆགས་ལ་སོགས་པ་འཆད་ཅང་ཆོས་འབར་བ་ཞེས་བྱ་བ་གནས་པ་ནི། ཆོས་ཅན་  
 རྩོམ་ཅན་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་རིམ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི། འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཆོགས་པ་ན་གཞི་དེ་ནི་ཐམས་ཡོད་པའི་ངང་  
 རྒྱུ་ཅན་ནོ། ། སྤྱི་སྟོན་པ་ནི་ཁྱད་པར་ནམས་ནི་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། ། སྤྱར་

འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་པས་བསྐྱེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ལྷུང་བ་ཐ་དད་  
 པ་ན་རྟེན་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ལུས་ལ་ང་མཐས་དག་ཐ་དད་པ་བསྐྱེད་པས་ལའི་ཕྱིར་རོ།  
 ལྷན་ཅིག་གི་འཆུག་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་འདོད་  
 ཆགས་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། གཤམ་དེ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་  
 ལུས་པ་དྲག་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ལྷན་ཅིག་འཆུག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས། ལུས་པའི་ངོ་བོ་  
 ཡོད་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་དེ། འདིས་ནི་འབྱུང་བ་ནམས་དང་  
 ཅིག་གནས་པར་ངེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཐ་དད་པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་  
 བའ་ཡིན་པ་དེ་གྲུབ་པར་བཟུན་དོ། འདོད་པར་མི་འགྱུར་མོད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་པར་གོ་  
 ཉིད་ཅན་གྱི་འབྱུང་བའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་ལ་འདོད་ཆར་ལ་སོགས་པ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ཅིག་ཅང་ལུས་པ་ཡོད་པ་དེ་བས་ན། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཅིག་ཅང་སྐྱ་  
 བར་ཐམ་པ་ནི་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས། ལུས་པའི་རང་བཞིན་ཡོད་ན་  
 ཡང་འདོད་ཆགས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་འཆུག་པ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་དེ།  
 ལུས་པ་འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་ཡང་འདོད་ཆར་ལ་སོགས་པའི་  
 རང་གི་ངོ་བོ་ཉི། རང་བཞིན་གསལ་བའི་ངོ་བོ་ཐོབ་པའི་འཆུག་པ་གང་ལ་ཡོད་པ་  
 དེ་ནི། འདོད་ཆར་ལ་སོར་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་འཆུག་པ་ཅན་དེ་ཡོད་པ་བསམ་པ་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། གཞན་ཡོད་པ་ན་གཞན་ཡོད་པ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་ལྟར་  
 བཀའ་ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། འདོད་ཆར་ལ་སོགས་པའི་ལུས་པ་དང་། གསལ་བའི་  
 རྩད་པར་ཁས་ཐངས་དེ་བཤད་ནས། ད་ནི་ལུས་པ་དང་གསལ་བའི་རྩད་པར་ཉིད་  
 མི་འཐད་དོ་ཞེས་བཟུན་པའི་ཕྱིར་རོ། འབྱུང་བའི་རང་བཞིན་དུ་རྩད་པར་མེད་  
 པ་ཡིན་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་དེ། འབྱུང་བ་ནམས་ནི་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།





བཞུད་པར་བྱ་བའི་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་  
 གྱི་གསུམ་པ་ཡིན་ཏེ། བཞུད་པར་བྱ་བའི་འོ་བོར་ལྷུལ་དུ་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 དོན་ཏོ། ། སྤར་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངལ་གྱི་གནས་ཡོངས་སུ་ཡིན་པ་ལས་  
 སྤར་ཏེ། རྩོམ་ཅི་རང་གི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལ་རག་ལས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཐོག་མ་མེད་པ་  
 ཅན་ཉིད་དུ་བསྒྲུབས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། སྤར་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་གྱུབ་པ་ཡིན་ནོ། རེ་  
 ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷང་ཉེ་བར་འགོད་པ་ལོ། ། འདི་ལས་སྤྱལ་བ་སྤུང་བས་  
 ཉ་ཀྱན་འབྱུང་བ་ལོ། ། སྤེད་པ་ནི་སྤྱིར་མ་འོངས་པའི་སྤེལ་བ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ནམ་  
 པ་ཅན་ནི། རེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཡང་སྤེད་པ་འབྱུང་བ་ཅན་ནི། ཡང་སྤེད་པ་  
 དགོས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། ། དགའ་བ་དང་འདོད་ཆགས་ནི་དགའ་བའི་འདོད་  
 ཆགས་ཏེ། རེ་དག་དང་བཅས་པ་ནི་རྒྱུན་གྱི་ཁྱད་པར་སྤེལ་བ་ན་རྒྱུན་ལ་ནམ་པར་  
 འདེས་པ་ཡིན་གྱི་མཚུངས་པར་ཐུན་པས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདོད་ཆགས་གཉིས་  
 མཚུངས་པར་ཐུན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། རེ་ལ་དགའ་བ་ནི་ད་ལྟར་གྱི་དངོས་པོ་  
 ལ་དམིགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་དགའ་བ་ལོ། ། འདོད་ཆགས་ཀྱང་ད་ལྟར་  
 པའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་པའི་མཛོན་པར་ཆགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། རེ་སྤང་དུ་  
 གང་གི་ཕྱིར་ད་ལྟར་པའི་ལྷུལ་འདོད་པ་ཅན་གྱི་དགའ་བ་དང་། མཛོན་པར་ཆད་  
 པ་སྤེལ་བ་དེའི་ཕྱིར་རེ་ལྟ་བུར་གྱུར་ངའམ། རེ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་གྱུར་པ་ཅན་གྱིས་  
 མ་འོངས་པུ་ཡང་འདོད་པར་སྤེད་ཏེ་ཞེས་བཤད་པར་འགྱུར་རོ། ། རེ་ལྟར་པའི་  
 ལྷུལ་འདོད་པ་ཉིད་ལ་དགའ་བའི་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་  
 རེ་ཅི་ལྟར་མ་འོངས་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཡིན་ཞེ་ན། རེ་དང་རེ་ལ་མཛོན་པར་དགའ་  
 པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་སྤྲོས་ཏེ། སྤེད་པ་དང་འོངས་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་ཐམས་

ཅད་པ་བྱུང་པར་མེད་པར་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ནམ་པ་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤེས་དོན་དོ།  
 འདོད་པའ་ཁམས་དོན་དུ་གཉེར་བ་ནི་འདོད་པའི་སྟོན་བའོ་གཟུགས་དང་གཟུགས་་་  
 མེད་བའོ་ཁམས་དོན་དུ་གཉེར་བ་ནི་སྟོན་བའོ་སྟོན་པའོ། སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་བྱེད་  
 བར་འདོད་པ་ནི་འཇིག་པའི་སྟོན་བའོ། བདེ་བའི་སྟོན་པ་འཇིག་པའི་རྒྱ་མཚན་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཞེས་བཤེས་པ་ནི། འཇིག་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་པ་ནི་བདེ་བའི་  
 སྟོན་པ་ཞེས་བཤེས་པའོ། འདི་ལས་འདི་བདེ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤེས་པ་ནི། དངོས་བོ་  
 དམན་པ་བདེ་བའི་རྒྱ་མཚན་དུ་གཟུང་བ་ལས་སོ། ལ་ལར་འཇིག་པའི་བདག་དུ་  
 ཆགས་པ་ཉིད་པ་རྒྱ་མཚན་དེ་ཞེས་བཤེས་པ་ནི་འདི་གཉིས་ཀྱི་གཉི་ག་ལ་གྲུབ་པའི་བསྟོན་  
 པ་པ་སོགས་པ་འཇིག་པའི་པའོ། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་འཇིག་པའི་ཡང་བདག་དུ་  
 ཆགས་པ་རྒྱ་མཚན་ཡིན་པའི་སྟོན་པ་ཞེས་བཤེས་པར་སྤྱར་བོ། དུལ་གང་ལ་ཞེ་ན།  
 ཀྱན་པ་ཞེས་བཤེས་པ་རྒྱུས་སོ། བཙེ་བ་དང་ཐུན་པ་ལས་གཞན་དུ་ཞེས་བཤེས་པ་ནི་ནི་  
 འཇིག་པ་བཙེ་བའི་དང་པོས་ཡིན་གྱི། བདག་དུ་ཆགས་པའི་རྒྱུས་འཇིག་པ་  
 མོ་མ་ཡིན་པོ། དངོས་སམ་བརྒྱུད་པས་ཞེས་བཤེས་པ་ནི། གང་གི་ཆོ་ལུས་  
 རྩོམས་པས་རྒྱུས་པར་གྱུར་པ་ལ། གང་གི་རིག་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་པར་རྩོམ་པའི་བདེ་བ་  
 ལ་བདེན་ནས། འདོད་ཆགས་སྟེ་བདེ་བའི་ཆོ་ནི་རྒྱུད་པའོ། གང་གི་ཆོ་ནི་ལུས་  
 ལ་བདེན་ནས་ཞེས་བཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བདེ་བའི་ཆོ་དངོས་ཡིན་ནོ། བན་འདོགས་  
 འགའ་ཞིག་ཅེས་བཤེས་པ་ནི་ལུས་ཀྱི་ལུས་པའི་ཉི་པར་སྤྱོད་པའི་བྱེད་པར་བོ། དེ་  
 ལྟར་ན་དེ་ལ་དམིགས་པ་འབྱུང་བ་ཡོད་པ་དེའི་ནམ་པ་ཅན་ཉིད་འདོད་ཆགས་ལ་སྟོན་  
 བ་པར་འདོགས་པ་ཡིན་ནོ། གང་ཡང་ལུས་རྒྱུས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་ན་བརྒྱུད་  
 པས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བདེ་བའི་ལྟ་ན་མང་དུ་གཞན་སྐབས་སུ་འབྱུང་བ་





འཁོར་བའི་ས་མོའི་འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འཆད་པར་བྱེད་དེ།  
བདག་ལ་སོགས་པ་བཀག་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །

ཚོང་མ་རྣམས་འགྲེལ་གྱི་འགྲོལ་བ་ཤད། བས་བོ་བཞི་བཅུ་ཅ་བདུན་པ།

གལ་ནེ་འཁོར་བ་པ་འགའ་ཞིག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བདག་དུ་སྒྲུབ་པོ། ཅུང་ཞིག་བྱང་  
 མི་སྒྲུབ་བ་ལྟེ། ལྟ་བུ་བོ་བད་གམེད་པའི་ཕྱིར་ངོ་ཞེས་བསམས་བཤོ། ཅི་སྟེ་ཁོ་བོ་ཅག་  
 ལ་སོགས་པ་ལ་བཅས་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཚོམ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁོ་ངོ་  
 ཅག་ལ་སོགས་པ་ལ་ཁོ་བོ་འབད་ཅོལ་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའི་ངེས་པ་བསྐྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་ངོ། གལ་ནེ་ཡང་བདག་ཡོད་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་རྣམས་པར་ཤེས་པ་ཉིད་  
 བདག་དང་བདག་གིས་སྒྲོ་འདོགས་པས་འབྲུལ་བར་རྟེས་པ་ན། ཤེས་པ་བྱ་བ་དང་  
 བཅས་པ་རྒྱར་བྱས་ནས་མཐོང་ངོ་ཞེས་བཞེད་དོ། རྣམས་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུད་དེ་ཉིད་  
 གྱི་སྒྲོ་འདོགས་པ་ལ་གནོད་པའི་ཕྱིར། ཇི་ལྟར་བདག་མེད་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཤོས་པ་དང་  
 བསམ་པ་དང་བསྐྱོར་བ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་འབྲས་བྱ་མེད་པར་མི་འགྱུར་བ་  
 དེ་ལྟར། དེ་ཉིད་ནི་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འཚན་པར་  
 བྱེད་དོ། སྟོན་པ་ནི་གང་ཞིག་གང་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འདིས་བདག་དུ་  
 ཆགས་པ་འཇུག་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པར་བསྟན་དེ། གང་གི་རྣམས་པར་སྒྲོ་འདོགས་  
 བསོ། དེ་ལ་ཆགས་པ་ལྟེ་མངོན་པར་ཆགས་པ་དེ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་དེ་ལ་དེ་  
 སྐད་ཅེས་བྱའོ། སྒྲོ་འདོགས་པའི་ཆགས་པས་བྱས་པའི་འཇུག་པ་དེ་དང་ལྡན་  
 བཤོ། གང་ཞིག་གང་ལ་ཆགས་པ་དང་ལྡན་པ་དེ་ནི་དེ་ལ་མངོན་པར་ཆགས་  
 པས་བྱས་པའི་འཇུག་པ་དང་ལྡན་པ་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱེས་པའི་རོན་དོ། །  
 མངོན་པར་ཆགས་པ་ཅམ་ལ་རག་ལས་པ་ཉིད་ཀྱིས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་ངང་འཁྱིལ་གྱི་







རྣམས་ནི་ལས་ཀྱི་ཀུས་པ་ཟད་པ་ཅན་སྟེ། རྩོགས་པ་མེད་པ་ཅན་སྟེ།  
 བའི་སྤྱ་འན་ལས་འདས་པའི་འབྲས་བྱ་ཅན་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། ཉེས་མེད་  
 ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤིག་པ་མེད་པ་ཅན་ནོ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཡིད་ལ་བྱིད་བས་  
 གནས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་གཅིག་གོ། ཡོངས་སྤྱ་སྤྱ་འན་ལས་འདས་  
 པ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་བཤོ། གནས་པ་ནི་སྤྱིར་རྩེའི་འཇུག་པ་ཅམ་དང་  
 རྩེས་སྤྱ་འབྲེལ་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་དང་བཞིན་གྱི་གདན་ཚིགས་སོ། ཡོངས་སྤྱ་  
 སྤྱ་འན་ལས་འདས་པ་ལས་སྤྱིར་རྩེའི་འཇུག་པས་བྱུང་བ་ཉིད་བྱིར་དང་། གནས་པ་  
 བྱིར་དང་འགལ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་། བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་གཅིས་པ་ལ་བསྐྱེས་  
 བས་བྱུང་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་ཉིད་དམིགས་པའོ། བསྐྱེས་པའི་ལམ་དང་མི་སྤྱོད་  
 བའི་ལམ་དང་མི་སྤྱོད་པའི་ལམ་ལས་སྤྱར་བྱུང་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་མཐོང་བའི་  
 ལམ་ནི་ལམ་དང་པོ་འོ། ལྷན་ཏུ་བྱུགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སོགས་  
 བའི་སྤྱོད་ནི། ལན་ཅིག་བྱིར་འོང་བ་དང་། བྱིར་མི་འོང་བ་འཇུང་ངོ། ལྷན་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་མཐོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་དག་གིས་འཇིག་ཚོགས་སྤྱ་རྩེ་ལ་སྤྱང་པ་བ་  
 ཡིན་ནོ། རྒྱན་ཏུ་བདུགས་པ་ནི་བསྐྱེད་བཅས་སེམས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་ནས་  
 བྱུང་བའོ། ལྷན་ཅིག་སྤྱོད་པ་ནི་ཐོག་མ་མེད་པའི་བཟའ་ཆགས་ལས་བྱུང་བའོ། །  
 དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐོག་མ་མེད་པའི་བཟའ་ཆགས་ལས་  
 བྱུང་བ་དེ་ནི་བསྐྱེས་པའི་ལམ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱང་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །  
 བདག་ཏུ་ཆགས་པ་ཁས་ལེན་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་། ལྷན་ཏུ་བྱུགས་པ་ལ་ལྷན་ཅིག་  
 སྤྱོད་པའི་མི་ཐོས་པ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཡོད་པ་ལན་ནོ་ཞེས་བསྐྱེད་པའི་བྱིར་། བདག་  
 བྱིར་གང་ཞིག་ང་ཞེས་མཐོང་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་སོ། འབྲས་

བྱེ་གདན་ཚིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་སྤྱི་པར་ཉིང་མ་ཚམས་སྤྱིར་བ་ནི་བདག་དྲུང་  
 ཚགས་པའི་འབྲས་བྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལོ། གདན་ཚིགས་དེ་གཉིས་ནི་མ་གྲུབ་པ་  
 ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཁོར་བ་ཡང་འཛིང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། མ་ངན་ལས་  
 འདས་པ་ཡང་ཐར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་གཉིས་སོ། གཤམ་དེ་རི་ལྷར་ཞེ་ན།  
 འདི་ལྷར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་དེ། བདག་ལ་སོར་བ་བཀག་པའི་ཕྱིར་ལོ།  
 འགའ་ཞིག་བཅིངས་པ་དང་། རང་དབང་བ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་གྲོལ་བ་མ་ཡིན་ནོ།  
 དེ་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་བཟོས་ནས་འཁོར་བ་དང་མ་ངན་ལས་འདས་པ་དག་འཛིང་  
 བ་དང་ཐར་བ་ཉིད་དྲུག་དགས་པ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །  
 འོན་ཀྱང་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱུང་བའི་འཇུག་པའི་གོ་རིམ་  
 རི་ལྷར་ཡིན་ཞེ་ན། འོན་ཀྱང་མ་རིག་པ་ཡོད་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། །  
 ར་དྲུ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲ་ནི་འདྲུ་བྱེད་ཡོད་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 ཡོད་ན་མིང་དང་གཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། གང་གི་བདག་ལ་སོར་  
 པ་མེད་པར་ཡང་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་འོ་བོ་ཉིད་ཀྱས་སྐྱུ་དང་འབྲས་བྱའི་དངོས་  
 པོར་ངེས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་འཇུག་པར་འགྱུར་ལ། དེ་འཇུག་པ་ཅས་ཡང་འཁོར་  
 བ་ཞེས་ཐ་སྙད་གདགས་སོ། འགམ་པའི་རྒྱ་ན་ཉིང་ལས་ཀྱང་སྐྱུ་བཅོམ་པའི་སྒྲ་ནས།  
 མ་རིག་པ་ཐོག་པ་ཅས་ལ་ཐར་བ་ཞེས་ཐ་སྙད་དྲུག་པས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 བསྐྱུས་པའི་དོན་དོ། འཛིང་བ་ལ་སྐྱུག་པསྐྱུ་བྱེད་པའི་སྐྱུ་ཉིད་ཡིན་པས་ཁྱབ་  
 བ་ཡིན་དེ། རེ་དང་འགལ་བ་ཉིད་ནི་སྐྱུག་པསྐྱུ་བྱེད་པ་དང་བྱལ་བ་ཉིད་ཡིན་པ་  
 དེ་ལྷར་ན་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་འགམ་པ་དཔྱིགས་པའོ། འགྱུར་བ་ནི་བདེན་ན་སྐྱུག་  
 བསྐྱུ་བའི་སྐྱུ་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གདན་ཚིགས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་པར་བསམ་པར་མི་བྱ་ཏེ། ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་སོ།  
 ཇི་སྐད་དུ་བཤད་པའི་འཆིང་བས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་སྟེད་པའི་གྲུ་མཚན་ཉིད་  
 ཅན་གྱིས་སོ། གཉི་གའི་རྣམ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་དྲག་པ་དང་།  
 མི་དྲག་པ་དག་དུ་བཟོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། གང་ཟག་ནི་རྣམ་པ་  
 གཉི་ག་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་དོ། དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་བའི་དངོས་པོ་ནི་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་ནི་རྣམ་པ་གཉི་གས་ཀྱིས་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དོ། དེ་  
 ཉིད་ནི་དྲག་པ་དང་མི་དྲག་པ་དག་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་ཏེ། བཅ་ཚུན་  
 སྤངས་པ་ནི་བཅ་ཚུན་སྤངས་པ་ལྟེ་དེ་དང་བྲལ་བ་དོ། དེས་གནས་པའི་མཚན་ཉིད་  
 དྲག་པ་དང་མི་དྲག་པ་གང་དག་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་དོ། དེའི་དངོས་  
 པོ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། དྲག་པ་སྤངས་དེ་མ་དྲག་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་གནས་  
 པ་དང་། མི་དྲག་པ་སྤངས་དེ་དྲག་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་གནས་པ་ཡིན་པོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དོན་ཏེ། གལ་དེ་དེ་ལ་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། དངོས་པོ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་སྒྲིམ་སོ། གང་ཟག་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་དྲག་པ་འཇུག་ མི་དྲག་  
 པ་གཅིག་རྣམ་པར་བཅད་པ་དང་། ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་  
 དེ་ལས་གཞན་པ་དྲག་པ་འཇུག་ མི་དྲག་པ་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་དང་། རྣམ་པར་  
 བཅད་པ་གང་ཡན་པ་དེ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རེ། དེ་སྐད་དུ་  
 དངོས་པོ་ཡོད་ན་དྲག་པ་རྣམ་པར་བཅད་པ་འཇུག་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་ན་གོ་ རིམ་བཞེད་  
 དུ་མི་དྲག་པ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཅན་ཡིན་གོ། མི་དྲག་པ་  
 རྣམ་པར་བཅད་པ་དང་། ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་ཡང་དྲག་པ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་  
 དང་རྣམ་པར་གཅོད་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཅན་ཡིན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་འགྱུར་དོ། །



དེ་བས་ན་གཤམ་ཏེ་གང་ཟག་ལ་རྟག་པ་རྣམ་པར་བཅད་ན་མི་རྟག་པ་བསམ་པར་གྱུར་  
 བ་དེའི་ཐུར་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་བཟོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་འགྲུར་རོ། ། ཅི་ཏྲེ་རྟག་  
 པ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་དེའི་ཆོ་ཡང་མི་རྟག་པ་རྣམ་པར་བཅད་པ་དེའི་ཐུར་ རྟག་  
 པ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་བཟོད་པར་བྱ་བ་མིན་པ་ཉིད་ཀྱི་འགྲུར་རོ། དེ་བཞིན་  
 ཏུ་གཤམ་ཏེ་མི་རྟག་པ་ཉིད་རྣམ་པར་བཅད་པ་དེ་བསམ་ན། རྟག་པ་བཟང་པ་དེའི་  
 ཐུར་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་བཟོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་འགྲུར་རོ། ། ཅི་ཏྲེ་མི་རྟག་པ་  
 ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་རྟག་པ་རྣམ་པར་བཅད་པ་མིན་པ་དེ་ལྟར་གྲ་  
 དེས་པར་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་བཟོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་འགྲུར་རོ། ། མི་རྟག་པ་  
 ཏྲེ་ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་འབྲེལ་བ་ན་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། ། ཏྲེ་མེད་  
 པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ནི་དོན་བྱུང་པར་བྱས་པ་རྣམ་  
 བཤམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ཐུར་རོ། ། དེའི་ཆོ་མ་བཅོངས་པ་ནི་ཞེས་བྱ་  
 པ་ནི་འཛིང་པ་མེད་པས་མ་བཅོངས་པ་ལོ། ། གཤམ་ཏེ་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་བཟོད་པར་བྱ་  
 པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཐུར། རྩོན་མེད་དོ་ཞེ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཤམ་ཏེ་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཤར་  
 ཟག་བཟོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ཁས་གྲུངས་ནས་སྐད་ཅིག་པ་ཉིད་ཀྱི་བཟོད་པར་བྱ་བ་  
 མ་ཡིན་པར་སྒྲུབ་པར་འགྲུར་པ་དེའི་ཆོ་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འགྲུར་དེ། ཅིས་  
 དང་ཅིག་ཅར་དོན་བྱེད་པ་འགཤམ་པ་དེ་ཐུར་རོ། ། ཤར་གྱི་ཆོ་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 བཟོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་དེ་ཆོ། རྩོན་འདི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་རྟག་པ་  
 དང་མི་རྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྐྱེགས་པ་ལ་རྟག་པ་དང་། མི་རྟག་པ་དག་མེད་པ་ལ་  
 འཁོར་དེ་ཉིད། ཤར་ཟག་ཤར་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྐད་ཅིས་བྱའོ། རྟག་པ་དང་མི་རྟག་  
 པ་པར་ལྷང་བཅུན་ཏུ་མེད་པ་ནི་ཐུར་གང་ཟག་ཏུ་སྒྲུབ་པ་བཟོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལོ། །

ལུང་དུ་ས་པ་ལྟན་པ་ཡིན་ན།      རིན་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་གང་ཞིན།      ཉེས་པ་དང་  
 བཅས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་དེ།      ལམ་དེའི་བདག་ཉིད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་  
 རི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་ཉིད་ལ་འོ།      དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་  
 གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་ཇི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་གནས་པ་འོན་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཞེས་  
 བྱ་བའི་དོན་དོ།      ཚད་ས་དང་འགལ་བའི་རྣམ་པ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་གི་རྣམ་པ་འོ།      །  
 དེ་དང་ཇེས་སུ་འབྲེལ་བ་ན་ཉི་པར་བསྐྱར་བ་སྟེ།      ཉེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་བདག་  
 ཉིད་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་ངོ།      སེམས་ཉེ་བར་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པས་ན་ཉི་པའི་  
 ཉོན་མོངས་པ་སྟེ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་འོ།      རྒྱ་མཚན་འགའ་ཞིག་ལས་བདག་  
 ལ་སོགས་པར་སྒྲིམ་བུ་གས་པས་འཇུག་པའི་འབྲུལ་པའི་ཤེས་པ་ནི་སྒྲོ་བྱར་གྱི་ཀྱེན་  
 ཡིན་དེ།      དེ་ན་ཚད་མའི་གྲོགས་ས་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ངོ།      དེ་ལ་གཞོན་པ་  
 ཡོད་ན་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོ་བྱར་བའི་རྣམས།      དེའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་  
 བདག་མེད་པའི་ལས་ཀྱིས་བསམ་པ་བ་ཡོད་ན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།      རང་གི་རང་  
 བཞིན་ལ་གནས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་མེད་པའི་ལས་དེའི་བདག་ཉིད་ལ་གནས་.....  
 བའི་འོ།      དངོས་པོ་འི་སྟོབས་ཀྱས་བྱུགས་པའི་རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་ཇི་ལྟར་གནས་པ་བཞིན་དུ་འཇན་པས་བྱུགས་པའི་བདག་མེད་  
 བའི་ལས་ནི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངོ།      བདག་ཉིད་དེའི་དེ་ན་དུ་  
 གྱུར་པ་ས་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི།      རྣམ་པ་གཞན་དུ་འཇུག་པ་རྟེན་དུ་འགྱུར་  
 བ་ས་ཡན་ན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།      འབྲེལ་བའི་ཀྱེན་ནི་གཡའ་ལ་སོགས་པ་འབྲེལ་  
 པའི་རྒྱའི་འོ།      ད་ཡིན་དུ་མེད་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲེལ་བའི་ཀྱེན་ཡིན་དུ་མེད་པ་  
 ན་འོ།      འདི་ལྟ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དཔེ་གཉིས་པ་འོ།      ཡང་རྣམ་པ་

གཞན་དུ་འབྱུག་པའི་རྟེན་དུ་གྱུར་བ་ལ།      དེ་ལས་བསྐྱོད་པ་རྣམས་པ་དེའི་བདག་  
 ཉིད་དང་བྲམ་བ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ།      དེ་དང་འགམ་བ་ཡང་བདག་ཉིད་  
 ཉིད་ཀྱུར་བ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན།      བྱུང་བར་བྱེད་པ་འགམ་བ་དམིགས་པའོ། ། གཤམ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་དེའི་བདག་ཉིད་སེམས་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་བས་ན་གཏན་  
 ཚིགས་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་རྟེན་ལ།      མ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 བ་སྒྲིམ་སོ། ། རོན་དམ་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་དོན་འཛིན་པར་འདོད་པས་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ།      རོན་དམ་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དན་འཛིན་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།      གཞུང་  
 བ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱི་རོ། ། འོན་ཀྱང་རེ་ཞིག་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཡོད་པར་འདོད་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དེས་འདི་ལྟར་འདོད་པར་བྱའོ་ཞེས་བཅུན་པའི་ཕྱིར་དེ་སྐད་དུ་བཟློན་པ་  
 ཡིན་ནོ། ། ཕྱི་རོལ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདྲ་བ་གཞན་དང་གཞན་འབྱུང་བ་ལ་སོང་  
 བ་དེ་འབྱུག་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་ལོ། ། ཅིག་ཤོས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནང་གི་བདག་ཉིད་  
 ཅན་གྱི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་བཀ་ཆར་ཞེས་བྱ་བས་བསྐྱེད་པའོ། ། དེའི་  
 ཚེ་ཡུལ་འཛིན་པའི་ཚས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་པར་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ཉིད་ནི་དེ་ལྟར་ན་རྟེན་ཆར་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་སོ། ། འདོད་པར་ནི་འགྱུར་ཡོད་ཀྱིས་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་གྲུབ་པ་  
 མེད་མོད།      རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རབ་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་མ་གྲུབ་  
 པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཅིའི་ཕྱིར་བཟློན་ཅེ་ན།      ཤེས་པ་ཡང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྣམ་  
 པ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་སྒྲིམ་དེ།      གང་གི་ཚེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡུལ་  
 ཉིད་ཀྱུར་པ་ཡང་ཤེས་པ་གཞན་གྱི་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་དེའི་ཚེ་དེ་ལ་ཡང་སྒྲོ་བཀྲགས་པའི་  
 རྣམ་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་དེ་རྟེན་ན།      ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ལོག་པར་འཛིན་

བའི་རང་བཞིན་ཅན་ཏུ་གྲུབ་པར་འགྱུར་ངོ། ་ དེ་ཉིད་ནི་དེ་ལྷུ་ཡ་དང་ལྷུ་ལ་ཅན་གྱི་  
 དངོས་པོ་རྣམས་པར་བཞག་པ་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་དེ། ལྷུ་ལ་  
 དང་ལྷུ་ཡ་ཅན་ཉིད་དེ་གཤམ་པའི་གནས་སྐབས་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་ལྷུ་ལ་  
 དང་ལྷུ་ཡ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་པར་བཞག་པ་འདྲ་ལ། ཅི་རྣམས་པར་གཤམ་པའི་  
 ཆོས་ལྷུ་ཡ་འཛིན་པ་ཡིན་ནས། འོན་ཏེ་ཡོག་པ་འཛིན་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་  
 གནས་སྐབས་ཡིན་ནོ། ་ དེ་ཡ་གཤམ་དེ་ཡོག་པ་འཛིན་པ་འདི་ཆོས་ཡིན་ནོ་ཞེས་རྣམས་  
 པར་བཞག་པ་དེའི་ཚོ། ཤེས་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་ན་ཡང་ཡོག་པ་འཛིན་པའི་རང་  
 བཞིན་ཏུ་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་ན་གང་ལས་ཤེས་པ་གྲུབ་པ་ཡིན་དེ་ཡང་ཤེས་པ་ཤེས་པ་  
 གཞན་གྱིས་ཉམས་སུ་ཐོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཞུང་དེར་དོག་པར་བྱའོ། ་ རང་  
 ཅིག་པ་ལ་ནི་སྒྲིན་འདི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ་ དེའི་རང་བཞིན་འཛིན་པའེ་ཤེས་  
 པས་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་དེ་ལ་དེ་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། འདི་ལ་དེ་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་པར་བྱེད་པ་དམིགས་པའོ། ་ རང་བཞིན་དེ་ལ་  
 རྣམས་པ་གཞན་ཏུ་འགྱུར་བ་ཅན་ནི་རང་བཞིན་དེ་ལས་རྣམས་པ་གཞན་ཏུ་འགྱུར་བ་་་་  
 ཅན་ནོ། ་ གང་ལ་སྒྲོ་བྱུང་བའི་རྒྱུན་གྱིས་བྱས་པ་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཞེས་འབྱུང་མང་པོ་བའོ། ་  
 དཔེར་ན་ཐག་པར་འཛིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། གང་ལ་སྒྲོ་བྱུང་བའི་  
 རྒྱུན་གྱིས་བྱས་པའི་འབྲུལ་པའི་ལྷུ་ལ་སྒྲུལ་གྱི་རྣམས་པར་ཞུགས་པའི་རང་བཞིན་ལས་་  
 རྣམས་པ་གཞན་ཏུ་འགྱུར་པ་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཞེས་བྱ་བར་ཆོག་མ་རྣམས་པར་སྤྱད་ངོ། ་  
 རྫོག་པ་ལ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་རྫོག་པའི་རྒྱ་མཚན་མ་ཅིའོ། ་ དེ་ནི་རང་བཞིན་རྣམས་པ་གཞན་  
 ཏུ་འགྱུར་པའི་རྫོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཞེས་བྱ་བས་འཆད་པར་བྱེད་ངོ། ་ རང་དང་  
 རིགས་མཐུན་པའི་ཉི་མར་ཡན་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞི་མཐུན་པའི་འཇུག་པའོ། ་

རིགས་མཐུན་པའི་རྒྱ་ནི་ལོག་པའི་ཤེས་པའོ། ། ཤིན་ཏུ་བསྐྱེད་ཀྱས་མེད་ཡིན་  
 བོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཤིན་ཏུ་སྒྲིམ་བས་ནི་འདི་སྐད་དུ། གཤམ་དེ་རྒྱན་ཏུ་ཞུགས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་སྐྱེ་མེད་ཀྱི་རི་མོ་ལ་གཞན་སྤྱིན་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་འདྲ་བར་དེ་ལ་འདི་བཅུན་  
 བར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཐོན་དོ། ། ཤིན་ཏུ་སྐྱེ་བ་དེ་ལ་གཞན་བ་ཅན་སྐྱེད་  
 ཏུས་པའི་སྤྱིང་པོ་ཅན་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་བ་  
 ཡང་གཞན་བ་ཅན་སྐྱེད་ཏུས་པའི་སྤྱིང་པོ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན། བྱུང་བར་  
 རྩེད་པའི་འགལ་བ་དམིགས་པའོ། ། མངོན་སུམ་དང་རྗེས་སུ་དབག་བ་རྒྱུན་རྒྱ་  
 ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དབུང་ན་རྒྱན་ནས་པར་འཆད་པའི་རྣམ་ན། ལྟ་མ་  
 ལས་ཤིན་ཏུ་མཚན་ཉིད་མི་འདྲ་བའི་སྐད་ཅིག་མ་གཞན་མངོན་སུམ་དུ་རྩེད་པའི་ཕྱིར།  
 མི་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མངོན་སུམ་གྱིས་རྒྱ་མི་དག་པ་ཉིད་དང་། དེའི་ལྟ་བུས་  
 ཀྱིས་བདག་མེད་པ་ཉིད་ནས་པར་འཇོག་པར་བྱེད་དོ། ། དེ་ནས་བསྐྱེད་པའི་རིམ་  
 བ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ་མངོན་སུམ་ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་མཐོང་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་  
 གཞན་བ་ཅན་རྒྱ་མཚན་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། གང་གི་ཆོ་བྱས་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་  
 དྲགས་ཀྱིས་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་བའི་དྲགས་ཀྱིས་བདག་མེད་པ་ནས་པར་བཞག་  
 བས། བསམ་པ་དང་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་རིམ་བཞིན་རྒྱུ་བ་དེའི་ཆོ་རྗེས་སུ་  
 དབག་བ་ཡང་རྒྱ་མཚན་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། འགལ་བ་ནི་གཉི་ག་ཡང་པའི་ཕྱིར་རོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱར་ལས་ཤོམས་པ་ཉེས་པ་སྐྱེ་བ་དང་། འགལ་བ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་  
 ཉེས་པའི་བདག་ཀྱང་པས་སྐྱེ་བ་དང་། འགལ་བ་ཡིན་ན། དེ་ལ་གཤམ་  
 ཏི་འགལ་བར་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཉེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ལ་ལས་སྐྱེ་བ་དེ་  
 ལྟར་ལས་ཤོམས་པ་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཞེས་བསམས་པའོ། །



བར་མི་འགྲུང་ཞེ་ན། ཅིག་ཅར་མི་འཐུག་པ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ཡ་མོགས་པ་སྒྲུལ་སྒྲོ།  
 ཤིང་གི་ཁྱད་པར་གཅིག་ལས་འབྱུང་བ་ཅན་གྱི་མེ་དང་དྲུ་བ་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གང་གི་ཆེ་མེད་ཀླད་ཅིག་ལྟ་མ་དང་དུས་མཉམ་དུ་འབྱུང་བའི་ཤིང་གི་ཀླད་ཅིག་མ་  
 ལས་སྒྲུལ་མེ་དང་དྲུ་བའི་ཀླད་ཅིག་མ་འབྱུང་བར་འགྲུང་བ་དེ་འོ། དེ་དག་ནི་ཤིང་  
 གི་ཁྱད་པར་གཅིག་ལས་འབྱུང་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ནོ། གནོད་པར་བྱ་བ་དང་གནོད་  
 བར་བྱེད་བའི་དངོས་པོ་ལ་རྒྱ་ཐང་དང་པ་ཉིད་གྱིས་ཁྱབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་  
 བ་ཡང་རྒྱ་གཅིག་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་  
 པ་འོ། བདག་དྲུ་ལྟ་བ་དང་བདག་དྲུ་ཆགས་པ་ཅས་བྱ་བ་ལྷན་དུ་བཤེས་པ་འོ། འཇིག་  
 ཆོགས་ལ་ཆགས་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བསམ་ན་འཇིག་པ་སྒྲེ། ནྟེ་པར་  
 འཇིག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། ཆོགས་པ་ནི་ཉེ་བར་མེན་པའི་ཕྱང་པོ་ལྟ་བུ་  
 པ་སྒྲེ། མི་དྲག་པའི་ཕྱང་པོ་ལྟ་བུ་ཆགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། ཤིན་དུ་  
 གོམས་པའི་དབང་གིས་སྤོང་བ་གནོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་པས་རྒྱ་དང་།  
 འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་བ་ཡང་རྒྱ་  
 དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་ན། སྒྲོང་བ་གཉིས་པ་ཡང་ཁྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། བྱམས་པ་དང་མི་གཙང་པ་ལ་སོང་  
 པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ། མི་གཙང་བ་ནི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་དོན་གྱི་དངོས་པོ་ལ་རྣམ་  
 བར་སྤྱན་འབྱེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཤེས་རབ་པོ། སོང་པ་སྒྲུལ་པས་ནི་དབྱེད་པས་  
 འབྱུང་བུ་འདྲན་པ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱུད་པོ། འདོད་ཀྱང་ཇི་སྤྱིད་པེགས་མི་མཐུན་  
 བའི་སེམས་གོམས་པ་གནས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་རིགས་མི་  
 མཐུན་པའི་སེམས་དེ་དག་ཉིད་དོ། བད་ཀན་ཅན་གྱི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་ནི་བད་ཀན་ཡིན་

ལ་དེ་ལ་གནོད་པ་མེད་པ་ན་མི་དང་པ་ལ་སོགས་པ་འོ།། ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེ་བའི་  
 གྲུ་ཡང་དེ་ཡིན་ལ། འཇིག་ཚོགས་སྤྱ་ལ་ཡང་ཡིན་པ་ལ་གནོད་བར་བྱེད་  
 པ་མ་ཡིན་ནོཞེས་བྱ་བར་ཚིག་རྣམ་པར་སྦྱར་རོ།། འོ་ན་གལ་དེ་བྱམས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་འི་གཉེན་པོ་མ་ཡིན་ན། འོ་ན་ཇི་ལྟར་  
 མདོ་ལས་དག་སྤོང་དག་འདི་ལྟ་སྟེ། རྒྱུང་གི་དེ་ལ་མར་སྦྱར་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དེ་  
 བཞིན་དུ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་མི་གཙང་བ་དང་ཇི་ལྟར་མཐིམ་པ་འི་མར་སྦྱར་ཆེན་པོ་.....  
 ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཞེས་པའི་བྱམས་པ་དང་ཇི་ལྟར་སྦྱར་ཆེན་པོ་ཡིན་  
 པ་དེ་བཞིན་དུ། གཏི་ཐུག་པ་འི་དེ་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལ་དབྱེད་པ་ཡིན་  
 བོ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེའི་ཕྱིར་རྒྱུང་དང་མཐིམ་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་སྦྱོས་དེ། ཚོས་ལ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་འི་བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 དགོངས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ནོཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ།། སོགས་པ་འི་སྦྱས་ནི་  
 དམིགས་པ་མེད་པ་འི་བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱུང་ངོ།། དེ་དག་ནི་བདག་མེད་  
 པ་འི་རྣམ་པར་འབྱུག་པ་ཉིད་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར། གཅིག་དུ་གཉེན་པོ་འི་ཕྱོགས་  
 ཡིན་ནོ།། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་དག་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་གང་གི་ཅོ་མ་  
 དང་སྤྱིང་མོ་ལ་སོགས་པ་འི་འདུ་ཤེས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་འི་གཉེན་པོ་ཉིད་དུ་  
 བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ།། དེ་ལ་ཡང་དུས་དེ་སྤྱིད་དུ་གནོད་པ་ཡིན་པར་རྟོགས་པར་བྱའོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་དོན་དོ།། མི་གསལ་བའི་ངོ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་རྟོགས་པ་མེད་པ་འི་ངོ་བོ་འོ།།  
 རང་གི་ཐེ་བ་ནི་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་འོ།། ཕྱིན་ཅི་ཡོག་པར་རྟོགས་པ་འི་  
 ངོ་བོ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པར་ཁས་སྐྱོང་བར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཚན་ཉིད་གཞན་མི་དེར་  
 པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ།། དེ་གཏི་ཐུག་ཅས་མ་བཤད་པ་ནི་ལོག་པ་འི་ཤེས་པ་འི་ཁྱད་



བར་གནི་སྤྱུག་གི་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་གྱུར་བ་ལྟེ། གནི་སྤྱུག་ཅེས་བྱ་བའི་སྤྱི་ཤི་སྤྱུས་  
 ཚོས་མངོན་བ་ལས་མ་བཤད་བ་ཡིན་ནོ། ཀྱང་འདྲིག་ཚོགས་སྤྱི་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་ཤི་སྤྱུས་བསྟན་བ་ན་ཉོན་མོངས་བའི་རྒྱུད་གཙོ་བོར་བསྟན་བར་  
 མི་འགྱུར་རོ། དེ་ཡང་རེ་ཞིག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་ཏུ་རྟོགས་  
 བའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་རིག་པ་ཡི་ནོ་ཞེས་དེ་བསྟན་བའི་ཕྱིར་སྐབས་འདྲེད་བ་ཡིན་ནོ། །  
 གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ཡང་དེ་ལྟ་བུར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིགས་པ་ལས་  
 གཞན་ཉིད་ཡིན་པས་ན་མ་རིག་བར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། དངོས་པོ་འི་མཚན་  
 ཉིད་ཀྱི་སྐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་རིག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དངོས་པོ་འི་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱི་འོ། ད་ལྟར་ན་ནམ་པ་གང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོང་བ་ལ། འདི་ལྟར་  
 རིག་པའི་གཉེན་པོ་འི་ཕྱོགས་ཉིད་ཏུ་གྱུབ་བར་འགྱུར་རོ། དེ་ལྟར་ནི་འགྱུར་  
 མོད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཞན་གྱི་ཡིན་ནོ། ཡང་དག་པའི་ངོན་མཐོང་བས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ལན་ཡིན་ནོ། ཅི་སྤྱི་འདོད་མོད་ཀྱི་ཡང་དག་བར་རྟོགས་  
 བ་མེད་བཅས་ནི་དབུན་བ་མ་ཡིན་ནོ། འོ་ན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། རིགས་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཏུ་བཟོད་པར་འདོད་པའི་ངོ་བོ་ལས་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་མ་  
 ཡིན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤོས་ཏེ། མ་ཡིན་པ་ནི་མ་ཡན་པར་དགག་  
 བས་སོ། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་འདས་བྱ་དང་འགལ་  
 བར་བཟོད་བ་ཡིན། དེ་ཡང་མ་རིག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་  
 དེ་ངོས་བ་མེད་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། དེ་ནི་དེའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་སྤོས་སོ། རིག་པས་གཞུང་བར་བྱ་བའི་ནམ་པ་ནི་ཐད་གཤེད་པ་དང་སྤྱུག་  
 བསྟལ་ལ་སོགས་པའོ། དེ་ལས་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་ལ་སོགས་པ་རོ། དེ་རྟོགས་

བ་ན་དེ་འཇིག་པའོ། མ་རིག་པ་གང་ལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པ་ཞེས་ཆོག་  
 རྣམ་པར་སྦྱར་རོ། གང་གིས་རྟོགས་པ་དང་འགལ་བ་ནི་གང་དང་རྟོགས་པ་  
 འགལ་བའོ། གང་ལ་དེའི་རང་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། དཔེར་ན་  
 བདེ་བའི་འདྲ་ཤེས་བྱ་བ་ལ་སོར་བ་ལ་སྦྱག་བསྐྱེལ་གྱི་འདྲ་ཤེས་དང་འགལ་བ་ཉིད་  
 ཀྱི་ཕྱིར་བདེ་བའི་འདྲ་ཤེས་ཀྱིས་གཞུང་བའི་རྣམ་པ་ལས་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་དུ་རྟོགས་པའི་  
 ངོ་བོ་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ། རྟོན་དང་དམིགས་པ་དང་དུས་དང་། ཇུས་མཚུངས་པ་  
 དག་གིས་མཚུངས་པར་ཐོན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་མངོན་པ་ལས་སེམས་ལས་  
 བྱང་བ་མཚུངས་པར་ཐོན་པ་ཡིན་པར་བཞེད་རོ། དེ་ལ་གལ་དེ་མ་རིག་པ་རྟོགས་  
 པ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་པ་དེའི་ཆོ་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པར་མཚུངས་པར་མི་འགྱུར་  
 རོ། །དེ་ལ་རྟོན་དང་དམིགས་པ་མཚུངས་པ་ནི་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་དང་། རྟོན་དང་དམིགས་པ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། རྣམ་པ་  
 མཚུངས་པ་ནི་སེམས་དང་མཚུངས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ར། དུས་མཚུངས་པ་ནི་  
 དུས་མཉམ་དུ་འབྱུང་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཇུས་སྐད་ཅེག་མ་གཅིག་  
 ལ་སེམས་ཇུས་གཅིག་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་སེམས་ལས་བྱང་བ་ཡང་ཇུས་དེ་དེའི་བདག་  
 ཉིད་ཅན་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ཇུས་མཚུངས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། དེ་བས་ན་སེམས་ལས་  
 བྱང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་། མ་རིག་པ་ནི་རྟོགས་པ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་  
 ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་ནོ། དེ་ལ་རྣམ་པར་རྟོགས་པ་གཉིས་  
 བྱེད་རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་སོ། འདོད་  
 བ་ན་སྦྱོད་པའི་དགེ་བའི་ལས་ནི་བསོད་ནམས་སོ། བརྒྱུག་པའི་བསོད་ནམས་  
 མ་ཡིན་པའོ། གཞུགས་དང་གཞུགས་མེད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་ལས་ནི་མི་གཡོ་

བཤོ། འདྲ་བྱེད་དེ་དག་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསོད་ནམས་དག་གིས་སོ། ཡོངས་  
 གྲུ་བསྐྱོས་པའི་སེམས་ཀྱི་ས་བོན་ལ་རྟེན་ནས། ཤེས་པའི་རྣམས་པ་བྱེད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །ས་བོན་དེ་ཡང་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་དེ། དེ་ལ་དམིགས་པའི་  
 ཉོན་མོངས་པ་ནམས་དེར་རྒྱས་པར་འགྲུང་བའི་སྤྱིར་རོ། སྤྱེད་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་གྲོགས་ཅན་ནི་འབྲས་བུ་འབྱིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་བཅས་པའོ། རྒྱུ་  
 བ་དང་ཁྱ་ཤི་དང་ལྡན་པའི་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ནི་རྒྱེ་བ་དང་ཁྱ་ཤིའི་རང་བཞིན་གྱི་དྲ་  
 བཤོ། དེ་མངོན་པར་འགྲུབ་ཅིང་། དེ་འགྲུང་བ་ནི་དེ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྣམས་  
 པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་དེ་དེ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། དེར་ཉེ་བར་འགྲོ་བ་ནི་  
 ལྡན་པའོ། གཞུང་འདིས་ཇི་ལྟར་ན་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་མ་རིག་པ་ཉིད་ཡིན་པར་བརྟན་  
 བ་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ཉིད་པ་ཡང་མ་རིག་པའི་ཡན་ལག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པས་སོ་སྒྲིམ་པ་ལ་འདི་ཉིད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་རིག་པའི་ཡན་ལག་ནམས་པར་འབྱེད་  
 པའི་གཞུང་ལའོ། བདག་ཏུ་ལྟ་བ་བརྟན་པ་ཡིན་མོ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཇི་སྟེད་  
 པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་བདག་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། འདིར་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་གཞན་གྱི་དོགས་པ་བསྐྱུ་བ་  
 ཡིན་མོ། འདིར་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཉེ་བར་དགོད་པའི་  
 འདིར་ཡང་རོ། །མ་རིག་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ།  
 མ་རིག་པ་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སྤྱིར་རོ། དེ་ལས་  
 ཉེ་བར་ལྟ་བུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ཉི་རང་གི་ངོ་བོ་བཤད་པ་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་དེའི་སྒྲོ་ནས་དེ། མ་རིག་པ་  
 དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ལྟ་བུའི་སྒྲོ་ནས། དེ་ལས་ཕྱ་དང་བ་གཞན་ཁོ་ནས་

མ་རིག་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དྲིན་པར་མི་བུའོ།། གལ་དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན།  
 མ་རིག་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་བཟོད་པར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། །  
 དེ་སྐད་དུ་བཟོད་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྟ་བུའི་སྟོན་པ་འདིར་མ་རིག་པ་བསྟན་པ་ཡིན་  
 གྱི། འཇིག་ཚོགས་སུ་ལྟ་བུ་བཅིང་མ་རིག་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་སྐད་དུ་བཟོད་པ་  
 ལ་ངེས་པ་བྱེད་པ་མེད་པའི་བྱིར་དེ་རིགས་པ་མེད་པའི་བྱིར་ལོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།  
 གལ་དེ་འཇིག་ཚོགས་སུ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་ཉིད་ལ་འདིར་མ་རིག་པ་ཉིད་བསྟན་.....  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་ངེས་པར་བྱེད་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། ཇི་སྐད་དུ་བཟོད་  
 པའི་དོན་དོགས་པ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། འདི་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་མ་རི་ཞིག་འགོག་པ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་  
 དོན་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་དང་། གཞན་ལྡན་པ་ཡིན་ལ། དེ་  
 ཡང་ལྟ་བུ་དང་མ་རིག་པ་གཅིག་གི་བདག་ཉིད་དུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་དེ་དེ་ཉིད་ནི་...  
 བདག་ཉིད་བདག་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། བྱིར་བཏང་པའི་མཚན་  
 ཉིད་མ་ཡིན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་གཅིག་ལ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གཉིས་མཚུངས་  
 པར་ལྡན་པ་ཞེས་བྱའོ། བྱོལ་ས་དང་བྱོལ་ས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 འདི་ལ་བྱོལ་ས་ཡོད་པས་ན་བྱོལ་ས་ཅན་ནི་ཚོགས་པ་སྟེ། ཡན་ལམ་དང་ཚོགས་  
 པའི་དངོས་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། རེ་ལ་སྤྱིར་ལོག་པར་འབྱུག་པ་ཅན་ཉིད་  
 ཡིན་པའི་བྱིར་ཉོན་སྟོངས་པ་ཐུགས་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་ནི་རྟོ་.....  
 པའོ། འདིའི་བྱོལ་ས་གཅིག་ནི་འཇིག་ཚོགས་སུ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའོ། དེས་  
 ན་དག་གི་དོན་འཇིག་ཚོགས་སུ་ལྟ་བུ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་མ་རིག་པ་འཇིག་...  
 ཚོགས་སུ་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་བ་བྱོལ་ས་གཅིག་པ་ནི་བྱིར་གཅིག་པ་དང་ལྡན་པར་འགྲུང་

བ་ཡིན་པ་དེ་བས་ན། སྤྱོགས་གཅིག་པ་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་དེའི་འཇིག་ཚོགས་  
 ལྷ་ལྷ་བ་ནི་སྤྱོགས་གཅིག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡིན་ནོ། ། གཞན་ལ་ཡང་དེ་  
 ལྷ་བྱུང་གྱུར་པའི་མཚུངས་པར་ལྷན་བཞི་དོན་མཐོང་ངོ་ཞེས་བརྟན་པའི་བྱིང་། དཔེར་  
 ན་བ་ལ་ཤ་ལ་སོགས་པ་དང་ལྷན་པའི་ནགས་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་དེ། བ་ལ་ཤ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཚོགས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། ། སྤྱོད་བ་འདི་ལ་ལྷན་པ་ཡིན་གྱི་མི་  
 ལྷན་པ་ནི་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནམ། སྐབས་འདི་ནི་མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་དོན་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའི་བྱིར་དེ་ལ་འདིར་ལྷན་པ་ཉིད་ལ་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ཞེས་  
 བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་དེ། ཁམས་ཉིད་ལ་ཉི་བར་སྐྱར་བའི་དོན་དང་དུ་བལྟས་  
 བ་ཡིན་དེ། འོན་ཀྱང་ཉི་བར་སྐྱར་བ་ནི་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བར་དགོངས་སོ། ། སྤྱོགས་གཅིག་པའི་ངོ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་རིག་པའི་སྤྱོགས་  
 གཅིག་པའི་རང་བཞིན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། ། གཤམ་དེ་མ་རིག་པ་དང་ལྷན་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཐ་དད་པ་མེད་ན། འོ་ན་ཅིའི་བྱིར་དེ་ལྷར་འདད་ཅོལ་གྱི་བཤད་པ་  
 ལྷན་པར་བྱེད་ཅེ་ན། དེའི་བྱིར་དེ་ལྷར་བལྟན་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 གྲོས་སོ། ། དེའི་རང་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདིར་དེའི་སྐྱམས་ནི་བདག་དུ་ལྷ་བ་དང་  
 སྐྱར་དོ། ། རང་བཞིན་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་བྱུ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་བདག་དུ་  
 ལྷ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཁྱད་པར་ཅན་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོང་བ་སྒྲོས་པ་ལ། བདག་དུ་  
 ལྷ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཁྱད་པར་ཅན་ནི་ལྷ་བ་པོ་དང་ཐ་བ་པོ་དང་བདག་ཉིད་དུ་ལྷ་བ་  
 ཡིན་དེ། འདི་དག་ནི་བདག་དུ་ལྷ་བའི་རྣམ་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་དོ། ། འདི་  
 ཚགས་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་མས་བྱུང་བ་དག་ཡིན་ནོ། ། ཡང་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་ནི་སྤྱོད་བ་གཉིས་པ་ཡིན་དེ། ལྷ་མ་ལ་ནི་བདག་མེད་པ་མཐོང་བ་ཉིད་ཚོས་

ཅན་ཡིན་ལ་དེ་ལྟར་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དེའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་  
 བྱི་བྱུང་བར་ཡིན་ནོ།། སྤར་བཤད་པའི་གྲང་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཅེས་  
 བྱ་བ་ནི་བ་མོ་ལ་སོགས་པའི་རེག་པའི་བྱུང་བར་སྤྱོད་ལོང་ཞེས་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 འཇིག་ཆོགས་སྤྱོད་ལྟར་བའི་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་མ་གྲུབ་པ་དེ་བས་ན་གཏན་མཐོང་མ་གྲུབ་  
 བ་ཡང་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ།། གནས་སྐབས་དེའི་ཟད་པ་  
 ལ། ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་བ་ཡང་  
 དེའི་ཆོས་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་བྱུང་བར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པ་ལོ།། གང་ལ་  
 རྒྱུན་འདི་ཡོད་པ་དེ་ནི་རྒྱུན་འདི་པ་ལོ།། དེའི་དངོས་པོ་ནི་རྒྱུན་འདི་བ་ཙམ་ཉིད་  
 དེ་དངོས་པོ་ནི་རྒྱུན་གྱི་མཐས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་འབྲེལ་པ་བཟོད་པ་ཡིན་དེ། དེ་  
 བཙན་པ་དང་བྱས་པ་དང་། བསྐྱུ་བ་དག་པ་འབྲེལ་བ་ལྟོན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཟོད་  
 པའི་བྱིར་རོ།། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པ་ཙམ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།། དེ་  
 བས་ན་རྒྱུན་མ་ཆང་བའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་མཐོང་བ་གོམས་པས་  
 བདག་དུ་ལྟ་བའི་མཆན་ཉིད་མ་ཆང་བའི་བྱིར་རོ།། དེ་ལ་རག་ལས་པ་ཅད་ཀྱི་  
 རྩི་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཇི་སྟེན་དུ་བཤད་པའི་རྒྱུན་ལ་རག་ལས་པ་ཅན་གྱི་རྩི་བ་ལོ།། འདི་  
 ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ནི་སྟོན་ཆགས་ཀྱི་ཆོས་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་ལོ།། རང་བཞིན་ནམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཆོ་ཆོས་  
 ཀྱི་སྒྲ་རང་བཞིན་དུ་བཟོན་པ་ན་ལོ།། དེ་ལས་བྱུང་བ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཆོ་  
 ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་འབྲས་བུ་བཟོད་པ་ན་ལོ།། རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་པ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་སྟོན་ཆགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉིད་དུ་ཡང་འདོད་པས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་  
 པའི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉིད་དུ་ཡང་ཁས་སྒྲུང་བར་བྱ་བ་ནི། ལུས་དང་དབང་

བོ་ལ་སྒྲིགས་པའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ཞིང་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འདོད་ཆགས་ལ་...  
 སྒྲིགས་པ་མ་ཡིན་དེ། རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་ལ་ཉན་དུ་བསྟན་ཟིན་དོ། དེའི་  
 རང་བཞིན་ཉིད་ལ་རེས་འགའ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ་དེ་དང་...  
 འགལ་བ་ཡང་རེས་འགའ་འབྱུང་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན། བྱུང་པར་བྱེད་  
 བ་འགལ་བ་དམིགས་བཟོ། རེས་པར་གཏོན་མི་ཟེ་བར་མངོན་དུ་གྱུར་བ་གང་  
 ལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་རེས་པར་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཚོས་ཅན་ལོ། མངོན་དུ་འབྱུར་བ་  
 མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེ་ཐག་ཉི་ཤ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། དེ་མེད་པར་ན་  
 ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེ་མེད་པ་ན་ཡང་ངོ་། གང་ཞིག་གང་གི་རང་བཞིན་ཡིན་  
 བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྒྲིགས་པའི་སྟེང་བ་ལ། གང་ཞིག་གང་གི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་  
 དེའི་དོན་གྱིས་འགལ་ཆེ་དང་ལྷན་ཅིག་འགལ་བར་འབྱུར་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྒྲིགས་  
 བས་གང་ལྟར་བཤད་པ་ལ་གྲུབ་པར་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། འདོད་ཆགས་ལ་སྒྲིགས་  
 བ་དག་བདག་དུ་ལྟ་བའི་རང་བཞིན་ཉིད་དུ་གཞུང་འདིས་རབ་དུ་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར་...  
 རོ། །ཆགས་བསམ་ཁས་ལེན་པ་ལ་རང་གི་ཡུལ་གྱི་སྤྱོད་མཐོང་བ་སྟོན་དུ་སོང་  
 བའི་སྟུན་འབྱོན་བསམ་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་འདི་ལ་མེད་པ་དེ་ལྟར་ན་བྱུང་པར་བྱེད་  
 བ་མི་དམིགས་བཟོ། སྟོན་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དུ་མ་མཐོང་བའི་ཡུལ་དེར་ཆགས་  
 བས་བྱེད་པས་ན་དེར་འདོད་ཆགས་སོ། རདག་ཉིད་མི་འདོད་པའི་སྤྱིང་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་མཐོང་བ་ནི་མངོན་ཅུམ་ཉིད་དུ་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་མེད་པར་ཡང་བདག་དུ་ཆགས་པའི་ཡུལ་ལ་སྟོན་མཐོང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 སྟོན་ནམས་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟེ་བ་དང་། ག་བ་དང་། ན་བ་ལ་སགས་  
 བཟོ། ཡོན་དན་འཛིན་པར་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གལ་དེ་ཡོན་དན་གྱི་ངོ་བོར་དཔེས་

བོ་དེ་ཡོངས་སུ་གཙང་བ་དེ་ལྟར་ན།      རྒྱུན་རྒྱས་སེལ་བར་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་  
 མ་ཡིན་ནོ།།      བདག་གི་རྒྱུན་ཉི་པར་མཐོང་བ་ལ་བདག་གི་བདེ་བ་ལ་ཡོངས་སུ་  
 སྲིད་པ་དང་ཐུན་པ་མེད་པས་བྱལ་བ་ཡིན་ལ།      དེ་དང་འགལ་བ་ཡང་བདག་གི་  
 བདེ་བ་ལ་ཡོངས་སུ་སྲིད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན།      བྱལ་པར་བྱེད་པ་འགལ་  
 བ་དཔྱིགས་པའོ།།      རྒྱུ་པས་པར་བྱ་བ་གཉིས་པ་ལ་འཁྱོས་ནས།      པར་བཞེན་  
 གྱི་གདན་ཚིགས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོན་ཏན་དུ་རྩ་བ་ནི་བདག་གི་བདེ་ལ་ཡོངས་  
 སུ་སྲིད་པ་དང་ཐུན་པ་ཉིད་ཅམ་དང་ཇེས་སུ་འབྲེལ་བའི་སྲིད་པོ།།      རྒྱེས་བྱ་བདག་  
 དུ་མཐོང་པས་ནི་བདག་དུ་ཆགས་པ་ལ་སྟོགས་པའི་སྲིད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་དུ་  
 ཆགས་པའི་དབང་གིས་བདག་ཉིད་ལ་བདག་གིར་བྱས་པ་དེ་ལྟར་བདག་དུ་ཆགས་པ་  
 ལ་སྟོགས་པས་བདེ་བའི་ཚོར་བ་དེ་ལ་སྲིད་པ་ནི་བདག་དུ་ཆགས་པ་ལ་སྟོགས་པའི་  
 སྲིད་པ་སྟེ།      བདག་དུ་ཆགས་པས་སྲིད་པའི་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།།      དེ་རྒྱང་  
 དུ་ཅ་བའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་ལས་ཀྱང་ཆགས་པས་བདེ་ལ་སྲིད་འགྱུར་ཞིང་།      སྲིད་  
 པས་རྒྱུན་རྒྱས་སེལ་བར་བྱེད་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ།།      དོན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་འདི་ནི་  
 མཆོག་སྲུང་བ་ཡིན་ནོ།།      གཞན་དག་ནི་བདག་དུ་ཆགས་པ་ལ་སྟོགས་པ་དག་ལ་  
 སྲིད་པ་ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་དོ།།      སྟོགས་པའི་རྒྱས་ནི་བདེ་བའི་ཚོར་བ་ལ་སྟོགས་  
 པ་གཞུང་ངོ་།།      བདག་གིར་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ལ་སྟོགས་པ་ཅེས་པ་ལ་སྟོགས་  
 པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་འཁོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་བདག་གི་ཉིད་དུ་གཞུང་བའི་སྲིད་པའི་  
 ཡོངས་སྲིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཆགས་པ་རྒྱན་དུ་སོང་བ་  
 ཅན་གྱི་འཛིན་པ་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའོ།།      ཅེས་པ་ནི་མངོན་པར་བསྐྱེད་པའོ།།  
 སྟོགས་པའི་རྒྱས་ནི་མངོན་པར་བྱལ་བ་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་རྩ་བ་ལ་སྟོགས་པ་



གཞུང་ངོ་།། དེ་ལྟར་མི་འཛིན་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། བདག་ཅེས་དེ་ལྟར་མི་  
 འཛིན་པ་ལོ།། འདི་དག་དང་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་སྤང་བ་དག་ལ་  
 ཞེས་བྱ་བ་བདུན་པའི་ཆོག་ས་གཉིས་པ་ལོ།། དེ་ཉིད་ནི་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དག་  
 ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ས་ནས་པར་བྱེ་བས་གསལ་བར་བྱེད་དོ།། བདག་ཏུ་ལྟ་བ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཏུ་ཆགས་པ་  
 མེད་པ་དང་། བདེ་བ་དང་སྤོང་བ་དང་། ཡོན་ཏན་དུ་ལྟ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་མ་  
 ཐམས་ཏུ་འདས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ལོ།། བདག་ཏུ་  
 ཆགས་པ་དང་ལྟན་པ་བདག་གི་དང་འབྲེལ་བ་ཅམ་གྱིས་བྱས་པའི་ཆགས་པ་ཡོད་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་གི་ཆགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་བདག་ཏུ་ཆགས་པ་དང་.....  
 ལྟན་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཅམ་གྱི་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། རྒྱ་ལྟག་པ་ལ་བརྟེན་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ།། འབྲེལ་བ་དེ་ཡང་དུས་ཐམས་ཅད་ཁྱད་པར་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བྱ་བར་དགོངས་སོ།། དེ་ཉིད་ནི་ཕྱོར་བའི་སྒོ་ནས་འཆད་པར་བྱེད་དོ།། འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི་རྒྱུ་ཀྱི་ཕྱོགས་པའི་སྒོ་ནས་སོ།། ཞེན་པ་མེད་པ་ནི་  
 བདེང་སྟོམས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཡིན་ཏེ། འདི་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི་དེ་ཡིན་ནོ།། དེ་  
 ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་དང་། ཞེན་པ་མེད་པ་ཉིད་ལ་འཆི་བ་མེད་པ་  
 ཉིད་ལ་སོགས་པ་འདོད་པ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཁྱབ་པ་ཡིད་ལ། དེ་དང་འགལ་  
 པ་ནི་དེ་ལ་འཆོ་བ་མེད་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་.....  
 འགལ་བ་དམིགས་པ་ལོ།། དེ་ཡོད་པ་ཅམ་དུ་ལྟ་བའི་ངང་ཚལ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཏུ་ཆགས་པ་ནི་བདག་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ལྟ་བ་ཅམ་པས་.....  
 རྟེན་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དོན་དོ།། ལྷལ་བྱས་ལྷལ་



ཆགས་པ་ལ་ཡིན་ཏན་དུ་ལྟ་བུ་ཉིད་ལས་བདག་དུ་ཆགས་པ་སྦྱེ་བར་འགྱུར་ལ། གང་  
 གི་ཆོ་བདག་དུ་ཆགས་པ་ཡིན་ཏན་དུ་ལྟ་བུ་ཐོག་པ་དེའི་ཆོ་ལོག་པ་ཡིན་ནོ། དེ་  
 བས་བདག་དུ་ཆགས་པ་ལ་ཡིན་ཏན་དུ་ལྟ་བུའི་སྒྲིམ་བདག་དུ་ཆགས་པ་སྦྱེ་བ་དེ་  
 ལྷན་ན་གཏན་ཆོགས་ས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའི་སྤྱིར་གཤམ་དེ་བདག་དུ་ཆགས་  
 བ་ལ་ཡིན་ཏན་དུ་ལྟ་བུ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོས་སོ། ། གང་ཞིག་གང་  
 གི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། དངོས་པོ་གང་ཞིག་གང་  
 གི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་པ་དེའི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲས་བྱ་ཉིད་སྦྱོན་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ས་ཚང་བ་མེད་པ་ཡོད་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱུ་ལོ། ། དེ་ས་ཚང་བ་མེད་པ་ཡོད་  
 ན་འབྲས་བྱ་མེད་པ་ལ་དེའི་རྒྱ་ཅན་ས་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཁྱབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་  
 དང་འགལ་བ་ནི་དེའི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་པ་དེ་ལྷན་ན་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་  
 པའོ། ། གང་ལས་སམ་ཇི་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ལ། སམ་བྱི་རྒྱ་ནི་ཅི་དང་  
 འདྲ་བའི་དོན་དོ། ། གང་ལས་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་མིགས་པ་འདི་བར་བྱེད་པའོ། །  
 ཇི་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་འདི་བར་བྱེད་པའོ། ། དང་ཉིད་མཐོང་བྱེད་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་གཏན་ཆོགས་བཟོད་པ་ཡིན་ལ། དཔེར་ན་བདག་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེར་  
 བཟོད་པ་ཡིན་ནོ། ། འདོད་ཆགས་དང་འཇལ་བ་ལ་རང་གི་སྒྲོ་དོར་བས་ཁྱབ་  
 པ་ཡིན་པ། དེ་དང་འགལ་བ་ཡང་ཞེས་ཡོངས་སུ་ས་སྤངས་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་  
 ན་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པའོ། ། དེ་ལྟར་ནི་འགྲུར་མོད་ཀྱི་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་འདི་ལྟར་བདག་དུ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ལྷན་པ་ལ་འདི་  
 ཆོས་དང་ཆོས་ས་ཡིན་པ་ཆོས་ཞིང་། དེ་ནས་སྦྱེ་བ་ལས་ནི་དེ་ཡོད་པ་ས་ཡིན་  
 ནོ། ། དེ་བས་ན་ཡན་གར་བ་ནི་སྤྲུག་བསྐྱུ་བྱི་རྒྱ་ཉིད་ས་ཡིན་ནོ་དེ་ལྟར་ཆགས་

བ་ལ་སྒྲིགས་པ་ཡན་གར་བ་སྤྱལ་བཟུལ་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཚིག་ཡངས་སྤྱོད་  
 བཟུང་ནས་སྤྱད་པར་བྱའོ།། གཞན་ནི་བདག་མེད་པར་ཆུ་བ་ལ་སོང་བ་ལས་  
 མེད་པར་འདྲ་བྱེད་པ་ལྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་སྒྲིགས་པའི་སྤྱལ་བཟུལ་བཟུལ་  
 བར་རྣམ་པ་མ་ཡིན་པར་འདོད་དོ།། རྣམ་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་ཐད་དང་པོ་གྱི་  
 བ་དོན་མེད་པ་ཡིན་ནོ།། གཞན་ཚིགས་མ་ངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྱི་  
 བདག་དང་ལྷན་པའི་སྤྱིར་ཆགས་པ་ལ་སོང་བ་སྤྱལ་བཟུལ་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ན་བདག་  
 ལ་སྤྱོད་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དུ་ཡང་ཁས་མི་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ།། བཤད་མ་ཐོག་  
 པའི་གཏན་ཚིགས་རང་ཉིད་མ་ངས་པ་ཡིན་ནོ།། དེ་ལྟར་གཉི་ག་ཡང་མཚུངས་  
 བ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་བདག་དང་བདག་གི་ལ་ཆགས་པ་ཡང་རྗེས་དུ་བཤད་པའི་  
 རྣམ་པས་མཚུངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སོ།། དེ་ནི་མེད་པའི་ངང་ལྷན་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གང་གིས་སྤྱོད་མཚུངས་པ་དེ་ལ་མེད་པའི་ངང་ལྷན་ཅན་ནོ།། དེ་ཅས་གྱི་རྒྱ་མ་ཚན་  
 ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉི་ག་ལ་སྤྱོད་མཚུངས་པ་དེ་ཅས་གྱི་རྒྱ་མ་ཚན་འདོད་ཆགས་དང་  
 བཟུལ་བ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྐད་ཅས་བྱའོ།། དེ་མེད་པའི་ངང་ལྷན་ཅན་དང་  
 འདོད་ཆུང་དང་བཟུལ་བ་གཅིག་གི་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་དེ་ལ་ཉེས་པ་མཚུངས་པ་མེད་པས་  
 ཁྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགམ་པ་ཡང་ཉེས་པ་མཚུངས་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་  
 ཁྲུབ་པར་བྱེད་པ་འགམ་པ་དཔེར་བའོ།། སྤྱལ་བཟུལ་སྤྱོད་པ་དང་ལྷན་པས་སྤྱོད་  
 བར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱལ་བྱིས་གཞུང་པའི་ཡན་ལག་དེ་ལ་སྤྱལ་བཟུལ་བཟུལ་  
 བ་དང་ལྷན་པས་སོ།། གཏན་ཚིང་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆུང་ལ་  
 སྒྲིགས་པའི་ཡང་བདག་དང་སྤྱོད་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་  
 སྒྲིགས་པའི་ཡང་བདག་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཚིགས་འདི་མ་



བ་ཅི་ལུས་ལས་སྒྲུ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་མ་ཐོབ་བ་སྟེ། དེ་དག་དང་མཐུངས་  
 པ་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། དེ་ཅིད་ཀྱི་འབའ་ཞིག་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 ཕྱི་ས་ཕྱི་ས་བཤད་བ་ཡིན་ནོ། བདག་གི་ཉིད་དུ་ཀྱན་ནས་བཟུང་བ་ཡོད་ན་ཞེས་  
 བྱ་བ་ཅི་བདག་གིས་བྱས་བ་ཡོད་ན་རོ། བདག་གི་སྒྲོ་ཐོག་པའི་རྒྱ་ཡོངས་སྒྲོད་  
 ཀྱི་དེན་ཉིད་དུ་ས་བཟུང་བ་དེ་དང་འགལ་བ་ཅི་ཡོངས་སྒྲོད་ཀྱི་དེ་ཅིད་དུ་བཟུང་བ་དེ་  
 ལྟར་ན་རྒྱ་འགལ་བ་དམགས་བའོ། དེ་ལས་གཞན་ས་ཡོད་ན་ཡང་མེད་པར་  
 འགྱུར་བ་ས་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཡོད་ན་འགྱུར་བ་ཞེས་བཤད་བ་དེ་ཉིད་ལ་ས་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བ་ལྟ་བར་བྱའོ། བདག་ལ་གནས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུས་ལ་  
 གནས་པའི་འོ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་བྱུང་པར་མེད་པ་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུས་  
 ལ་གནས་པའི་སྒྲུ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་བྱུང་པར་མེད་པ་  
 དག་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། ས་བོན་ལ་སོགས་པ་ལས་སྒྲུ་གྱུ་སྒྲིས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེས་བསྐྱེད་བ་ནི་སྒྲིས་པའི་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། ལུས་གང་  
 ལ་ཞེན་སྒྲུ་གྱུ་ཡའོ། བསྐྱེད་བ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་འབྲས་བུའི་ཐ་  
 ལྷན་ཀྱི་ཤེས་པ་ལྟ་བུའོ། ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། ས་བོན་དེའི་འབྲས་བུ་སྒྲུ་  
 གྱུ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཐ་ལྷན་དོ། དེའི་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 དོན་རྟོ། དེ་དང་དེ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ན་འདས་མ་ཐག་དུ་བཅུན་པའི་གྲངས་ཅན་གྱི་  
 གཞུང་ངོ། སོགས་པ་སྒྲིས་པས་བསལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལ་རང་སྒྲོ་  
 འབྱོར་འདུ་བ་ལ་སོང་འབྲེལ་བས་སྐྱེད་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་དེར་སགས་པའི་སྒྲིས་སོ།  
 དེ་ལྟར་ན་རང་བཞིན་དང་སྒྲིས་བྱ་དག་ལ་གཞིག་དུ་ཡིན་དུ་ཞེན་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡོད་ན་  
 ཕྱིས་ཀྱང་གྲོལ་བའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་བྱུང་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རེ། དེ་བས་

ན་གཅིག་དུ་ཞེན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ངོ།།      དེ་ལ་བརྟེན་པ་མེད་ཅིང་དེས་བྱས་པ་  
 ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཞིག་མེད་ན་ཡང་འགྱུར་བའི་དངོས་པོ་དེ་ནི་བརྟེན་པ་མེད་  
 བ་སྟེ།      བདེན་པ་མེད་ཅིང་དེས་བྱས་པ་ཡིན་དེ།      གང་ཡོད་ན་འགྱུར་བ་ནི་  
 དེས་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།།      ཡང་ན་གང་མེད་ན་ཡང་ཡོད་པ་དེ་  
 ནི་འབྲས་བྱ་གང་ལ་དེ་བརྟེན་པ་མེད་པ་ཅན་མོ།།      གང་ཡོད་ན་འགྱུར་བ་ནི་དེས་  
 བྱས་པ་ཡིན་དེ་དེ་ལ་བརྟེན་པ་མེད་པ་ཅན་ཡང་དེ་ཡིན་ལ།      དེས་བྱས་པ་ཡང་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱད་བར་བྱི་བསྟུ་བའོ།།      ॥

ཚད་ས་ནས་འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་བཤད། བས་པོ་བཞི་བཅུ་ཙ་བརྒྱད་པ།

དེས་ན་གཏན་ཚིག་ས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཞིག་གང་གིས་རང་  
གི་ཉིད་དྲ་གཟུང་བ་དེ་ལ་དེའི་ཆགས་བ་དང་བྲལ་བ་ས་ཡིན་དེ་ ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྐབས་  
བ་གང་དྲ་བཤད་བའི་གཏན་ཚིག་དེ་ས་གྲུབ་པ་ཡིན་ན། རང་གི་སྒྲིལ་མི་འདོད་  
བའི་ཚར་བའི་སྐྱེ་ཉིད་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་བ་ཡང་མི་  
འདོད་པའི་ཚར་བའི་སྐྱེ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་བྱུང་བར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་  
བའོ། ། གཅིག་དྲ་དེ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་མིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྐབས་པ་ནི་སྤྱབ་བའི་  
མཐའ་སྒྲིལ་བའི་འོ། ། དེ་སྐད་དྲ་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་སྐབས་པའི་ཚགས་མི་  
འདོད་བའི་ཚར་བའི་སྐྱེ་ཉིད་ཡིན་པ་ཡང་གལ་དེ་མི་འདོད་པ་ཚར་བའི་སྐྱེ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་ངེས་པར་བཟུང་བ་འདོད་པ་དེའི་ཆོག་ཏན་ཚིག་ས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ ཞེས་བསྟན་  
པར་འགྱུར་ངོ། ། ཅི་སྟེ་འགའ་ཞིག་གི་ཆོ་མི་འདོད་པའི་ཚར་བའི་སྐྱེ་ཡིན་  
ཞེས་བྱ་བ་དེའི་ཆོ། མ་ངེས་པ་ཡིན་དེ་འགའ་ཞིག་གི་ཆོ་མི་འདོད་པའི་ཚར་  
བའི་སྐྱེ་ཡིན་ན་ཡང་ནས་གངས་ཀྱིས་རང་གི་སྒྲིལ་བའི་བའི་སྐྱེ་ཉིད་དྲ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་  
ངོ། ། དེ་ཉིད་ནི་གང་བདག་དྲ་ཆགས་པ་བདན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྐད་བའི་སྒྲིལ་  
བས་བསྟན་དོ། ། དེ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་  
ནི་བདེ་བའི་སྐྱེ་ནས་གངས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་ཡང་  
ངོ། ། བདེ་བ་ཉི་ཤར་བྱེད་པའི་སྒྲིལ་དྲ་འགྱུར་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདེ་བ་སྒྲིལ་  
བའི་སྒྲིལ་དྲ་འགྱུར་བའོ། ། དེ་ལྟར་ཡང་དེ་ལས་གཞན་བའི་སྒྲིལ་ལ་གཞན་



བ་མི་བྱེད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དྲུག་དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་དྲུག་དང་...  
 བཅས་པ་ས་ཡིན་པའོ།། དེའི་ཕྱིར་སྲོག་ལ་སོགས་པ་དང་བདེ་བའི་ཡོངས་  
 སྤོང་གིན་དུ་བྱུང་བར་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལས། བྱུང་བར་ཅན་གྱི་བདེ་  
 ཅགས་ལས། བྱུ་དེའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་འཆད་པར་འགྱུར་བ་དང་སྐྱར་རོ། སྲོག་  
 ལ་སོགས་པའི་སྐྱུ་མ་ནི་ལྟོབས་དང་ཁ་དོག་ལ་སོགས་པ་བརྒྱུད་རོ།། སྲོག་ལ་  
 སོགས་པ་དང་བདེ་བའི་ཡོངས་སྤོང་གིན་དུ་བྱུང་བར་ཅན་ནི་སྐྱུ་དཔྱེ་བའོ།། དེ་  
 དག་དེ་ལས་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྲོག་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་...  
 ཅན་གྱི་བདེ་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ་སོགས། དེ་ལས་གཞན་པའི་བདེ་བ་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་འགྱུར་བའི་ངང་ཚུལ་ཅན་ནི་བྱུང་བར་བདེ་ལ་སྤེད་པ་ཡིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམ་  
 ཆེར་སྐྱུ་ག་བཟུལ་སྐྱུ་བ་པར་བྱེད་པ་དེ་ལས་གིན་དུ་གཞན་པའི་དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ཡང་  
 དེ་ཡིན་ལ། བདེ་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡང་དེ་ཡིན་པས་ན་དེ་ལས་གཞན་པའི་བདེ་  
 བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའོ།། དེ་ལས་འགྱུར་བའི་ངང་ཚུལ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་  
 སྐད་ཅེས་བྱའོ།། དེ་ནས་བྱུང་བར་བདེ་བའི་སྐྱུ་དང་ལས་འཛོན་པ་བྱ་ཏེ། ཇི་ལ་  
 སྤེད་པ་དེས་སོ།། དེ་ལས་གཞན་པའི་འཛོན་པ་དེ་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི།  
 དྲུག་དང་བཅས་པའི་ཟས་ལས་འཛོན་པའི་སྐྱུ་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
 དོན་དོ།། རྒྱ་བསྐལ་མོ་འབྱུང་བའས་ཞེས་བྱ་བ་འཇུག་པར་འགྱུར་དེ་ཞུས་བྱ་བ་  
 དང་སྐྱར་རོ།། བཀྲེས་པའི་སྐྱུ་ག་བཟུལ་བྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་གཉིས་པའོ།།  
 ཅི་ལྟེ་སྐྱུ་ངན་ལས་འདས་པའི་གནས་སྐབས་ན་བདེ་བ་དང་སྐྱུ་ག་བཟུལ་ཐོས་ཅད་...  
 ཉམས་སུ་སྤོང་བའི་དེ་ན་གྱི་ངོ་བོ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ཐས་ན། དེ་ལ་བདེ་  
 བའི་སྤེད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། དེ་ནི་རྩར་དོན་དུ་གཉེར་བའི་བྱེད་ཞེས་འདོད་པ་དེའི་

ཕྱིར་མེད་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་དེ་ན་ཐམས་ཅད་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོས་སོ། །  
 མེད་པར་བྱེད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར་གཤམ་དེ། བདེ་བ་དང་  
 སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ་དག་གི་ཡོད་ཅན་གྱི་དེ་ན་བདག་གི་རང་གི་ངོ་བོ་དེ་ལས་  
 ཉམས་པ་དེ་བས་ན་ངོ་བོ་མེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་དེ། རང་གི་ངོ་བོ་ལས་མི་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། ངོ་བོ་གཞན་སྦྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ངོ་བོ་གཞན་སྦྱེ་ན་  
 ནི་བདག་ཉིད་མི་དག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། ཆགས་པ་  
 ཡིས་ནི་ཇི་ལྟར་འདོད་ཆགས་པ་བྱེད་པ་ལོ་ཉིད་དུ་འོ། མེད་དང་ཐ་སྙད་ཡོན་ཏན་  
 དག །ཀུན་གྱི་དེ་ན་ནི་ཐོག་པ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མདོ་ཡིན་ནོ། ཉམས་སྤྱོད་  
 བ་དང་ཐ་སྙད་དང་། ཡོན་ཏན་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཆུས་དབྱེ་བའོ། དེ་ནས་ཀུན་  
 གྱི་སྤྱོད་དང་ཆུས་དབྱེ་བ་བྱའོ། དེ་དག་གི་དེ་ན་ནི་དངོས་པོ་གཙོ་བོ་ཡིན་དེ། གང་  
 ལ་ཉམས་སྤྱོད་བ་དང་། ཐ་སྙད་དང་ཡོན་ཏན་གྱི་དེ་ན་ཉིད་ཐོག་པ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་  
 བར་ཆོག་ནས་བར་སྐྱར་རོ། རྒྱུ་དེ་ཉིད་ནི་ཉམས་སྤྱོད་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དེ་ན་ཐོག་  
 པ་ཅན་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཐ་དད་པའི་སྒོ་ནས་འཆད་པར་བྱེད་དོ། དེ་  
 ལྟར་རང་བཞིན་མེད་པ་ལས་དེ་རི་བོང་གི་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། །  
 རང་བཞིན་གྱི་གདན་ཆེད་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་ནི་ཉམས་སྤྱོད་བ་ཐ་སྙད་  
 དང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དེ་ན་ཐོག་པ་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་ཅས་དང་ཇེས་སྤྱོད་ལ་  
 བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ལྟར་ན་དོན་བྱེད་པར་བྱས་པའི་མཚན་ཉིད་  
 ཅན་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་དེ། དེ་ཞིག་འདི་ལྟ་སྟེ། ཉམས་སྤྱོད་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད་  
 པའི་དོན་གྱི་བྱ་བ་འདི་ནི་ཐ་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ལས་ཀྱང་དེ་ཐོག་པ་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་ན་  
 རང་བཞིན་མེད་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། ཉམས་སྤྱོད་བ་དང་ཐ་སྙད་དང་ཡོན་

དཀ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ དེ་མེད་པ་ཅན་དུ་འདོད་པ་ལ་ཐམས་ཅད་མེད་པར་འདོད་པས་  
 བྱས་པ་ཡིན་དེ། དེ་ཡང་མེད་པ་དེ་ལྟར་ན་བྱབ་པར་བྱེད་པ་མི་དམིགས་པའོ།  
 གང་ཞིག་གང་ཡོད་ན་ཡང་མི་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོང་པའི་སྒྲིང་བ་ལ་གང་ཡོད་  
 ན་མི་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་གོགས་བྱེད་པར་ནུས་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་བྱུང་པར་  
 བཟུང་བར་བྱའོ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་རྩེ་ན་གནས་པའི་ས་བོན་ཡོད་ན་ལྷ་གྲུ་འགྱུར་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་ན་དེའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་པར་འགྱུར་རོ།  
 ཡང་ན་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ལ་དོགས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་དེ། འདི་  
 ལྟར་རྩེ་ན་གནས་པའི་ས་བོན་གྱི་རྒྱ་མཚན་ཅན་དུ་ལྷ་གྲུ་མ་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་དེ།  
 དེ་ནི་སྒྲིང་ཅིག་མ་གཞན་ལ་རག་བྱས་པའི་སྒྲིང་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། རྒྱུ་ནི་  
 རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉི་པར་བདགས་ནས་དེ་ལ་རྒྱར་ཐ་སྙད་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པ་དེ་  
 ལྟར་ན་སྒྲིང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ཉིད་ལ་དེ་ཡོད་ན་ཡོད་པར་  
 བྱབ་པ་ཡིན་ལ་དེ་དང་འགལ་བར་ཡང་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་བྱབ་པར་བྱེད་  
 བ་འགལ་བ་དམིགས་པའོ། དེ་ཡང་ཐོག་བ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་བདག་དུ་ཆགས་པའོ། དེ་ལས་རྣམས་པའི་འབྲས་བུའི་བྱུང་པར་གྲུབ་  
 བ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྲུབ་པས་ན་གྲུབ་པ་སྟེ། མངོན་སུམ་གྱི་  
 འཕྲུག་པ་དང་ལས་རྣམས་པའི་འབྲས་བུའི་བྱུང་པར་གྲུབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།  
 མངོན་སུམ་གྱི་འཕྲུག་པ་ཉིད་བསྐྱེད་པས་པ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། ཞེས་  
 བྱ་བའི་དོན་དོ། དེ་ཡོད་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སོ་སོའི་སྒྲིང་བོ་འི་  
 གནས་སྐབས་ནས། སྒྲུག་བསྐྱེད་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་ཡོད་ན་ཡང་འདོད་ཆར་  
 དང་བྲལ་བ་མི་འགྱུར་བ་ནི་འོ། དེ་ལྟར་ཡང་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་

བ་མ་ཡིན་པའི་གནས་སྐབས་ནང་། དེ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཐོབ་པའི་  
 རྒྱ་ནི་དེ་ལ་ཆགས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་བ་ནི་ཆགས་པ་དང་  
 རྒྱ་ན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ན་རྒྱ་འགལ་བ་དམིགས་པའོ། ། གཏན་ཚིགས་  
 མ་ངེས་པའམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་དྲུ་ཆར་བ་དང་ལྷན་པ་ལ་ཡོད་ན་ཡང་སྒྲིན་མཐོང་  
 བའི་ཡུལ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཅི་ཕྱི་མ་ངེས་  
 བའི་སྒྲིན་བསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲིན་མ་མཐོང་བ་ཡོད་ན་བདག་དྲུ་ཆར་བ་དང་ལྷན་  
 བའི་ཞེས་བྱ་བ་བྱད་བར་དང་བཅས་པའི་གཏན་ཚིགས་ལ་བདེན་པ་ཡིན་པ་དེ་བས་  
 ན་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུལ་དེ། བར་པའི་གནས་སྐབས་ན་དོར་བར་བྱ་  
 བའི་དངོས་པོ་ལ་སྒྲིན་དུ་མ་མཐོང་བ་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཡུལ་གཞན་ལ་  
 འབྱུང་བ་ཅན་གྱི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ལྷག་མ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱད་མེད་གང་ལ་འདོད་ཆར་  
 དང་མ་བྲལ་བ་དེ་ལ་འབྱུང་བ་ཅན་གྱི་འོ། ། བྱད་མེད་དེ་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གང་ལ་ནས་པ་འགའ་ཞིག་གི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའོ། ། དེ་ཉིད་ནི་དེ་  
 ལྟར་ན་ཞེས་བྱ་བ་སོགས་པ་སྒྲུལ་སོ། ། གང་ལ་བདག་དྲུ་ཆགས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་འབྱུང་བའི་ངང་རྒྱལ་ཅན་དེའི་སྒྲིན་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་དྲུ་ཆར་བ་  
 ལ་སོགས་པ་ལ་འབྱུང་བའི་ངང་རྒྱལ་ཅན་གྱི་སྒྲིན་ཡང་ཡིན་པའི་སྒྲིན་དེ་ཉིད་ནི་  
 རྒྱག་བསལ་གྱི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། ཆགས་པ་དེ་ནི་བདག་ཡོད་ན་ཡང་རོ། །  
 བདག་གི་ཆགས་པའི་རྒྱ་བདག་གི་སྒྲོ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞི་མཐུན་པའི་དུག་པའོ། །  
 དེ་བས་ན་ཉེ་བར་ཞི་བ་ལ་དེ་དེ་རྒྱ་ལ་གནོད་པར་བྱེད་བས་བྱབ་པ་ཡིན་ལ།  
 དེ་འདི་ལ་མེད་པ་དེ་ལྟར་ན་བྱབ་པར་བྱེད་པ་མི་དམིགས་པའོ། ། མ་གྲུབ་  
 པ་ཡང་དེགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་གི་རྒྱ་ཆགས་པའི་རྒྱ་



ཕ་དེ་ནི་དེ་ལས་དེ་ཉི་པར་ཞི་བ་མ་ཡིན་དེ།      དཔེར་ན་བད་ཀན་གྱི་ནད་ཀྱི་གཞི་ལ་  
 གཞན་པ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་མངར་ཞིང་བསེལ་ལ་སྦྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་བད་ཀན་གྱི་  
 ནད་རབ་དུ་ཞི་བ་མ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་རྟོ།།      སྤྱུག་བསྐྱེད་བསྐྱོམ་པ་ཡང་དབང་བོ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཡུལ་པ་ཆགས་པའི་རྒྱ་བདག་གི་སྒྲོ་ལ་གཞན་པ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བཤད་ཀྱི་ཡོད།།      མ་གྲུབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་ཀྱི་པ་ནི་འདི་ལྟར་བདག་གི་སྒྲོ་ཡོན་དུ་  
 མཐོང་བའི་རྒྱ་ཅན་མ་ཡིན་གྱི།      འོན་ཀྱང་བདག་དུ་ཆགས་པའི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་ལ།      དེ་ལ་  
 སྤྱུག་བསྐྱེད་བསྐྱོམ་པ་གཞན་པ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་ན་མ་གྲུབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ།།  
 མཚོག་ཀྱང་དེ་ཡིན་ལ་གཞན་ཡང་ཡིན་པ་ཞེས་བཤད་ཀྱི་པ་ནི་ཁྱད་པར་གྱི་བསྐྱེད་པའི་ཁྱད་  
 པར་དུ་འཕགས་པའི་སྤྱིར་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མཚོག་ཡིན་ནོ།།      ཅིག་ཤོས་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་གཞན་ཡིན་དེ།      ཅིག་ཤོས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་དོན་དུ་གཉིས་པའི་  
 སྤྱིར་ཞེས་བཤད་ཀྱི་པ་ནི་དོན་དོ།།      དེ་ཉིད་ནི་གང་གི་སྤྱིར་ཞེས་བཤད་ཀྱི་པ་ལ་སོགས་པས་འཆད་  
 པར་བྱེད་དོ།།      གཞན་དང་གཞན་ཞེས་བཤད་ཀྱི་པ་ནི་སྤྱིར་ཆེད་པ་དེ་ལས་གཞན་ནོ།།  
 གཞན་དེ་འདི་བདག་སྦྱེ་ལ་སོགས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས།      བདག་གཞན་དོན་དུ་གཉིས་  
 པ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།      གང་གི་ཆོ་ཡང་འདི་བདག་འདི་ལྟ་བུར་གྱུར་  
 ཅིག་ཅེས་བཤད་ཀྱི་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོམ་སོ།།      དཔེར་ན་སྤྱི་བོ་ཆེན་དུ་བཤད་པའི་  
 རིས་པ་ཞེས་བཤད་ཀྱི་པ་ནི་བདག་པས་པ་ཡང་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་པའི་སྤྱི་འདི་རྒྱ་མཚན་  
 ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བཤད་ཀྱི་པ་ནི་དོན་དོ།།      དཔེར་ན་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་  
 རིས་སྤྱི་འགྲོ་བ་བཟུང་དོ།།      མེད་པ་ཅན་མ་ཡིན་དེ་ཞེས་བཤད་ཀྱི་པ་ནི་དུག་དུ་ཐག་  
 ཉི་བ་ཉིད་དོ།།      དེ་ཡང་ཞེ་སྤང་ཡིན་དེ་ཞེས་བཤད་ཀྱི་པ་ནི་ཡིད་མི་བདེ་བས་བསྐྱེད་  
 པའི་སྤྱི་བ་ནི་ཞེ་སྤང་དོ།།      གཞན་དེ་ཞེ་སྤང་དང་མཚུངས་པར་སྤྱི་བའི་

ཡིད་མི་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཡིད་བྱུང་བ་དེ་རྗེ་ལྷ་མོ་ཞེས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། ཞེས་པ་  
 དང་བྲམ་བའི་ཡིད་མི་བདེ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་དོ། ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་གི་ཡུལ་ལ་  
 རྩེ་བར་འགྱུར་བ་ན་ཡོ་ས་སྤྱོད་པ་ལ་བརྩོས་ནས་རྩེ་བར་འགྱུར་ཞིང་། ཡོངས་སྤྱོད་  
 རྩེ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡང་ཞེས་པར་ཡིན་ནོ། ལྷང་ལ་ཡང་དོན་འདི་མཐོང་ངོ་ཞེས་  
 བཟུང་བའི་སྤྱིར། དཔེར་ན་འཕགས་པ་གནས་བཅུན་བའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 བ་སྒྲུལ་དེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར། སྤྱིར་མི་འོང་བ་དང་དགྲ་བཅོས་པ་ལ་མིད་མི་བདེ་བ་  
 མི་འདོད་དོ། དེ་དག་གི་ལུང་གི་ཁྱད་པར་གང་ལ་ཡང་དགྲ་བཅོས་པ་དག་ཀྱང་ཡོ་  
 རངས་དེ་ཞེས་འདོན་བ་དེ་ལ་ཡང་ཡི་རང་བ་ལས་སྤྱག་བསྐལ་ལ་དམིགས་པའི་.....  
 སེམས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཡི་རང་བ་མེད་པ་གཞན་ཡིན་གྱི། ཡིད་མི་བདེ་བ་མ་ཡིན་  
 ཞེས་དེ་དག་གིས་ཁས་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། རྩེ་བ་དང་། རྩེ་བ་མེད་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལ་ཞེ་  
 སྤང་དང་རྩེས་སྤྱོད་ཆགས་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དོན་དོ། གལ་དེ་འོན་ཏེ་བས་ན་ཞེས་པར་མཚུངས་པར་ཐུན་རྗེད་  
 མི་བདེ་བ་ཉིད་ཡན་པ་དེ་བས་ན། མི་དགེ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་བདེན་བར་  
 བྱ་བ་ཉིད་དུ་བཟུང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། བཅོམ་ཐུན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་དགོ་སྤོང་  
 དག་ཡིད་བྱུང་བའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཟུན་པ་དེ་ཅི་ལྷ་རྩེ་འཕྱད་ཡིན་ཞེ་ག།  
 བཅོམ་ཐུན་འདས་ཀྱིས་ཡིད་མི་བདེ་བ་དེ་འདྲ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོམ་པ་ལ།  
 དགོ་བའི་ཚོས་རྩེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དེ་ལས་ཡིད་  
 ལྷང་བས་ངེས་པར་དེའི་གཉེན་པོ་འཕྱོགས་ཀྱི་དགོ་བའི་ཚོས་བཟུན་པའི་སྤྱིར་རོ།  
 གང་གི་ཚེ་ཡང་དེ་འཇུག་པའི་རྒྱ་གང་འགལ་བའི་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ།

ལྷན་པ་ལྷན་དེ་འཇུག་པའི་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་འགལ་བ་བདེ་བའི་རྒྱ་ནི་ཉེ་བས་  
ཞེས་བྱ་བ་དེ་དོན་དོ། ། བདག་གི་དངོས་པོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་པ་ལོན་པའི་ལྷན་དེ་ཉེ་  
ཚོགས་སྟེང་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞི་མཐུན་པའི་བརྟན་པའོ། ཅན་དན་དང་སྟེ་ཉེ་དག་  
དང་འདྲ་བར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདྲ་བའི་རྒྱ་ནི་མཚུངས་པའི་ནམ་གྲུ་ས་ཡིན་ནོ། དེ་ཉིད་  
ཀྱི་སྟེང་ཅན་དན་དང་སྟེ་ཉེ་དག་དང་འདྲ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོན་སོ། ། དེ་ཉིད་ནི་དེ་  
ལ་སྟེས་བྱ་གཅིག་སེམས་དང་བ་ཅན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོང་བས་བསལ་བར་བྱེད་དོ།  
དེ་བཞིན་དུ་ཅན་དན་དང་སྟེ་ཉེ་དག་ལ་ཡིན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་དང་མངོན་བར་  
ཆགས་པ་ལ་ཡིན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་དེ་སྟུང་དོ། ། རི་ལྷར་སྟེས་བྱ་བྱེད་པ་བོ་ལ་རྟེས་  
སྟེ་ཆགས་པ་དང་ཁོང་ཁོ་བ་མེད་པ་དེ་ལྷར་ཅན་དན་དང་སྟེ་ཉེ་དག་པར་གྱུར་པ་ལ་.....  
ཡང་དེ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དོན་དོ། ། གཤམ་དེ་སྟུག་པས་པ་ལྷོ་མ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པ་ལ། འདི་ལྷར་གཞུང་འདིས་ནི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་ལས་འཇུག་པར་  
བཟོད་ཅིང་ཡང་ཡོན་ཏན་མ་མཐོང་བས་སྟོང་བ་ལ་ཟོད་པ་དེ་བས་ན། དང་ཉིད་སྟུག་  
བསལ་སྟོན་བས་འདྲོད་པ་སྟོང་པའི་བསལ་བསལ་བར་འགྱུར་དོ། དེ་དང་མཚུངས་  
པར་ལྷན་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་སྟུང་བའི་ཚོགས་སོ། ། དེ་དང་འདྲེལ་པ་ལས་  
ནི་སྟུག་པས་ལ་གྱི་ཉམས་སྟེ་ཆོང་བའི་འགྱུར་བའི་ཡུལ་སོ། ། ཉིད་པར་འགྱུར་དོ་  
ཞེས་བྱ་བ་མངོན་སྟུག་དུ་བྱེད་བའོ། ། འདི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་པ་དང་པ་སྟེ། བདག་  
གི་དོན་དུ་གྱུར་དེ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དོན་དོ། ། འདི་ནི་འདི་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་པ་  
དང་པ་མེད་པར་རྟོག་པའོ། ། འདི་ནི་བདག་གི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཅིག་དུ་ཐར་དང་པ་  
ཉིད་ཡིན་མེད་ཀྱི། འདི་གྲང་སྟོན་དཔང་པ་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཀྱི་དོན་དུ་གྱུར་  
པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྷར་མི་རྟག་པ་དང་སྟུག་པས་པ་བདག་ལ་གཤམ་པར་འགྱུར་



རྩོམ་བྱ་བ་ལ་འགྲུར་པར་ནི་འདྲོད་མོད་ཀྱི་གདུལ་བྱའི་བྱུང་བར་གྱིས་ཐབས་མང་  
 བོ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་གཞིན་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེས། དེ་ལྟར་ནི་འགྲུར་མོད་  
 ཀྱི་བདག་མེད་བ་ཉིད་མཐོང་བ་དང་འདྲ་བར་མི་དག་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཉོན་མོངས་  
 པའི་རྒྱ་འཇིག་ཚེར་སྤྲུལ་ལྟ་བུ་བ་དང་། དངོས་སྤྲུལ་འགལ་བར་འགྲུར་ན་འགལ་བ་ཡང་  
 མ་ཡིན་ནོ། ། བྱ་དང་ཡོངས་སྤྱོད་བདག་གི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་འོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱ་བ་  
 དང་ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱི་རྟེན་ཡིན་པས་ན་བྱ་བ་དང་ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱ་དག་གིས་བཤད་དོ། །  
 བྱ་བ་དང་ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་བདག་གི་རང་གི་ངོ་བོ་དེ་དང་འགལ་བ་  
 ཡང་བྱ་བ་དང་ཡོངས་སྤྱོད་དང་བུལ་བ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་རང་བཞིན་འགལ་བ་  
 དམིགས་པའོ། ། ཡང་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱོད་བ་གཉིས་པ་ལྟེ། འཛིན་འཇོག་  
 བྱས་པའི་འབྲས་བྱ་ཡོངས་མི་སྤྱོད་པ་ཞེས་བཤེད་ཀྱི། རང་གིས་བྱས་པའི་ཞེས་  
 བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་བྱུང་པར་ནི་དེ་ཡོད་དོ། ། དེ་ཡང་རྒྱས་པར་བསྟན་ཅིན་  
 ཏི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲུ་དང་བོར་ལྷང་ཚད་མ་མ་ཡིན་པར་དོ། ། ས་དང་ཚུའི་ཚོས་  
 ཡིན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཕྱི་བ་ནི་ས་དང་ཚུའི་རྩིས་ཀྱི་ཚོས་ཡིན་གྱི་ལོ། ། ལུས་དང་  
 རྩན་བ་ལ་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེ་ཕྱེ་ལ་སོགས་པའོ། ། གཤམ་དེ་སྟིག་པ་ཕྱི་  
 བའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པ་དེའི་ཕོ། ཕྱི་ངོལ་གྱི་ཕྱི་བ་ལ་རང་འགྲུར་ན་ཡོད་པ་ས་  
 ཡིན་ནོ། ། དེ་ཉིད་ནི་རྩོ་པ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱི་བ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། ། མིག་ལ་སོགས་པ་ལྟ་དང་ཡིད་ནི་ཕྱི་མཐོང་དེ་  
 རྒྱལ་གོ། ། འབྲུང་དང་འབྲུང་བ་ལས་གྱུར་བ་དང་སྟེངས་ལས་བྱུང་བ་དག་གི་ནི་  
 ཅི་རིགས་དེ་དང་རྩན་ཅིག་འབྲུང་བའོ། ། ལོག་པར་ཤེས་དང་དེ་ལས་བྱུང་བ་ནི་  
 ལོག་ཤེས་དང་ནི་དེ་ལས་བྱུང་། ། མེད་དང་ངོ། ། དེ་དག་དང་མཚུངས་པར་

ལྷན་བའི་སེམས་པ་དེའི་དབང་གིས་སོ།། དེ་ཉིད་ནི་སྤྲུལ་བསྐྱེད་པ་ལ་བྱིན་ཅི་ཡོག་  
 བའི་སྒོ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འཆད་པར་བྱེད་དོ།། དེ་ཡང་བསྟན་ཟིན་  
 ཏོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། སྤྲུལ་བསྐྱེད་པ་བྱིན་ཅི་ཡོག་སྒོ་དང་། བྱིད་བ་ཀྱན་ནས་  
 འཆིང་བའི་སྤྱ། ཁྱད་གི་སྤྱེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སོ།། དེའི་སྤྱིར་  
 དེ་བཅད་སྤྱེ་མི་འགྱུར། འཁོར་བར་སྤྱེ་བར་མི་འགྱུར་རོ།། འབྲས་མ་  
 ཐག་བའི་སེམས་པ་དེ་གཅོད་པས་ན། དེ་བཅད་བའི་སེམས་པ་དེ་མཚན་ཉིད་ཅན་  
 གྱི་ལས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་མ་མའོན་པར་འདྲུས་བྱས་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་  
 རྒྱས་པ་དང་ལྷན་བའི་སྒྲིབ་ཅིག་མ་བྱི་མ་བྱི་མ་སྤྱོད་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དོན་དོ།།  
 དེ་ཉིད་ནི་བྱི་མ་ཞེས་བྱ་བས་འཆད་པར་བྱེད་དོ།། ཐ་མའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐ་མས་  
 ཅད་གྱི་སྤྱི་མའོ།། རྒྱས་པ་ནི་ཐོག་སྤྱོད་པ་མེད་པ་ཅན་དེ། ཁྱད་དེ་མ་  
 ཐག་དུ་སྤྱོད་པའོ།། ཅི་རིགས་པར་རྟེན་ཡོན་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བྱིད་པ་ནི་  
 རྟོགས་པའི་རྟེན་ཡོན་ཞིང་གནས་གཞན་ཐོབ་པ་གཞུགས་ལ་སོང་བའི་འབྲས་བྱ་རྟེན་  
 ཡོན་ནོ།། རྟོགས་པ་དང་མངོན་པར་འདོད་པའི་གནས་སྤྱིན་པ་སྤྲུལ་པར་བྱེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྟོགས་པ་དང་མངོན་པར་འདོད་པའི་གནས་སྤྱིན་པ་དག་གིས་སྤྲུལ་  
 བར་བྱེད་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དོན་དོ།། དཔེ་བ་དང་མི་དཔེ་ཉི་ལུ་འེ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་དཔེ་བ་དང་མི་དཔེ་བ་རེ་རེ་ལ་ནས་བ་བཅུ་ཡིན་དེ་ཐ་དད་བའི་སྤྱིར་རོ།། དེའི་  
 འཆུག་པས་བསྤྱོད་པའི་འདུ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བདག་གི་ཡོན་དཔྱོད་ནོ།། གཏན་  
 རྟོགས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱེས་བྱ་དབང་དང་ལྷན་པ་ལ་ཡང་སྤྱེ་བའི་སྤྱི་  
 མང་བ་ཡོན་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་འོ།། ཁྱད་འབྲས་བྱ་དང་བྱིད་པའི་རྟོགས་པ་དང་  
 བྲལ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྱད་པ་འབྲས་བྱ་དང་བྱིད་པའི་རྟོགས་པ་དང་བྲལ་བ་ཡོད་

བ་ཞེས་ཚིགས་ནས་པར་སྤྱར་རོ།། སྤྱིས་བྱ་སྤྱར་དབང་སྤྱར་བ་བྱིས་གི་བ་ནི་སྤྱིས་  
 བྱ་དབང་བསྤྱར་བ་བྱིས་གི་བའོ།། དུལ་གཞན་ལས་མངོན་པར་འདོད་པར་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོང་བས་ལན་འདེབས་པར་བྱེད་རོ།། བདག་གི་ཡོན་ཏན་ལ་སོང་བའི་བྱ་  
 བར་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་གི་ཡོན་ཏན་མ་མཐོང་བའི་འོ།། སོང་བའི་སྤྱི་ནི་འབྲས་བྱ་  
 དང་བྱེད་པའི་ཚིགས་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པའི་བྱ་དབང་ལ་སྤྱི། དབང་བསྤྱར་བྱིས་  
 ཡང་སྤྱི་བ་སྤྱི་བའི་ནུས་པ་མ་བཅོམ་པ་དེ་ལ་བསྟོས་ནས་ཞེས་བྱ་བར་སྤྱར་རོ།།  
 མ་ངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་པ་གཉིས་དང་མཚུངས་པར་རྒན་པའི་  
 རྩོ་ཡོད་ན་ཡང་རྩིས་དུ་བཤད་བའི་རྩན་ཅིག་བྱེད་པ་དང་བཤད་ན་ཡུལ་གཞན་དུ་  
 བྱིན་པར་མི་འགྱུར་བའི་བྱིར། བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་ལ་གཞོད་པ་  
 མེད་པའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། གལ་དེ་རང་བཞིན་ལ་གཞོད་པ་  
 མེད་པ་ཉད་ལ་བསྟོས་ནས་རྩོ་ལས་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་འཕེན་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཆོ་  
 དབང་བསྤྱར་བའི་རྩོ་གང་ཡིན་པ་དེ་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་གིས་བྱེད་པ་ནུས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 ལ་གཞོད་པ་མེད་པའི་བྱིར་རྩོ་དེ་ལས་སེམས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 འཕེན་པ་ལ་སོགས་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ན་བསྟུས་པའི་དོན་ཡིན་ནོ།། རྩོ་འི་  
 བྱེད་པར་དང་རྩིས་འཕྲུག་པ་བཞིན་དུ་བྱེད་པའི་རྩོ་ཡོད་ན་ཞེས་བྱ་བ་རྩོ་འི་བྱེད་  
 པར་འདོད་པ་དང་རྩན་པ་དང་། ཅི་རྩར་འཕྲུག་པ་བཞིན་དུ་བྱེད་པའི་རྩོ་ཡོད་  
 བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩིས་དབྱེད་པའོ།། བྱེད་པ་འཕེན་པའི་རྩོ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེད་  
 པ་འཕེན་པ་ཡང་དེ་ཡིན་ལ་རྩོ་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེད་པར་བྱིར་སྤྱི་བའོ།།  
 སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་འོངས་པའི་སྤྱི་བ་ལས་བྱེད་པ་ནུས་འཕེན་པར་བྱེད་པ་ནི་རྩོ་ཡིན་ནོ།།  
 རྩིས་ནུས་ཀྱིས་རྩོ་མཚུངས་སྤྱིར་བར་བྱེད་ཅིང་བསྤྱིད་པར་བྱེད་ཅིས་བྱ་བར་སྤྱི་བ་འོ།།

དབང་བསྐྱར་བ་ཀྱི་སྐྱེས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཞན་གྱི་ཡིན་ཏེ། དབང་  
 བསྐྱར་བ་ཀྱི་སྐྱེས་ལ་གཞན་པ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ལས་ཡིན།  
 བཤད་པ་འགའ་ཞིག་གི་མོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གྲུབ་པའི་སྐབས་སྐྱེ་བའི་འོ།  
 གཉིན་གྱི་འོ་ཕྱོགས་ལ་འཕེལ་ན་འགྲིབ་པ་དང་རང་གི་ཕྱོགས་འཕེལ་བ་ན་སྐྱེལ་དུ་  
 བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སྐྱར་རོ། གཉིན་གྱི་འོ་ཕྱོགས་བདག་མེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེའི་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། བྱུང་གིང་སྤོ་དུ་སོང་བ་ཙན་  
 གྱི་མེའི་བྱང་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་གིང་སྤོ་དུ་སོང་བ་ཙན་གྱི་མེའི་བྱང་པར་འཕེལ་  
 བ་ན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། དེ་བས་ན་དུས་སྤང་བྱུང་བ་ཙན་གྱི་ཀྱི་སྐྱེས་ཀྱི་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་མཚུགས་སྤང་པར་བྱེད་ཏོ། བྱུང་པ་འཕེན་པ་ཡང་  
 དེ་ཉིད་ཡིན་ལ་སྤོ་ཡང་ཡིན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་པར་གྱི་བསྐྱེ་བའོ། བྱུང་  
 དང་སྤོ་བྱེད་དག་དུ། །བདག་ཉིད་དག་ནི་འདྲ་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མདོ་  
 ཡིན་ནོ། འབྲས་བུ་བྱེད་པའི་དུས་དང་། འབྲས་བུ་སྤོ་བའི་དུས་དག་  
 དུ་བདག་ཉིད་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། དེ་ཉིད་ནི་འབྲས་བུ་  
 མངོན་པར་འདོད་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱོམ་ཏེ། མངོན་པར་འདོད་  
 པ་དང་མངོན་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་བྱེད་པ་དང་  
 མི་བྱེད་པའི་དུས་དག་ཡིན་ནོ། དེ་བས་ན་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་པར་  
 འདོད་པའི་དོན་གྱིས་འབྲས་བུ་བྱེད་པའི་དུས་ཡིན་ལ། མི་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་གྱི་འབྲས་བུ་སྤོ་བའི་དུས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ།  
 དེའི་འབྲས་བུ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་དེ་བས་ན་བདག་ལས་  
 གཞན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། བྱུང་པ་པོ་སྤོ་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་གང་

ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྲངས་ཅན་པ་དེ་སྤྱི་མ་བྱ་བ་དང་སྒྲིམས་སྤྱི་བྱེད་པ་འདོད་དོ། སྤྱི་མ་  
 བྱེད་འདོད་པ་ཉིད་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱི་མ་བྱེད་སྤྱི་བྱེད་པས་སོ། རང་བཞིན་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཙོ་བོ་འོ། དེ་བས་ན་སྤྱོད་པ་གཉིས་པ་ཚད་མར་འགྱུར་བ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གདན་ཚིགས་ས་གྲུབ་བའས་གྲུབ་པ་ལ་སྤྱོད་པ་ས་ཡིན་ནོ།  
 ལྷལ་ཡོངས་སྤྱོད་པ་ནི་སེམས་པ་ཅན་ནོ། རང་བཞིན་འགལ་བ་དམིགས་པ་  
 ཅི་སྤྱོད་འབྲས་བྱ་དག་པའི་ཚུན་སྤངས་དེ་གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ལྟར་ས་ཡིན་ན་སྤྱོད་པ་འབྲས་བྱའི་དངོས་པོར་མི་འགྱུར་རོ། གཞན་  
 ཕྱི་ཉམས་སྤྱོད་པ་གཞན་ཕྱི་བྱ་བ་འཕམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱོད་ཅིག་མར་སྤྱོད་པ་དག་ནི་  
 བདག་མི་འདོད་པས་དེ་ཐོབ་པ་ཡིན་ན་དེ་ཡང་རིགས་པ་ས་ཡིན་དེ་ཐལ་ཆེས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། དེས་འགའ་འདུན་པ་མེད་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱ་བ་པོ་རང་  
 དབང་ཅན་ཕྱི་བྱ་བ་ཁོ་བོ་ཅག་མི་འདོད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དེ། སྤྱི་མ་གྲང་  
 ཉམས་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པས་དེ་འཆད་པར་བྱེད་དེ། ཉམས་སྤྱོད་ལས་  
 བྱ་བ་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་སྤྱོད་ཅིག་ས་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་སྤྱོད་གཅིག་ལ་ཉི་  
 བར་ལེན་པ་དང་ཉི་བར་ལེན་པ་ཅན་ཕྱི་དངོས་པོ་གང་ཡན་པ་དེ་ལ་བྱ་བ་སྤྱོད་པར་  
 འགྱུར་ཕྱི་སྤྱོད་གཞན་ལ་ནི་ས་ཡིན་ནོ། ཞེས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། གལ་དེ་བྱེད་པ་པོ་རང་  
 དབང་ཅན་ཡོད་པ་ས་ཡིན་ནོ། འོན་ཅེ་ལ་བསྒྲིམས་ནས་བྱ་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་དངོས་  
 པོ་རྒྱུན་ཡིན། ཡོད་པ་ནི་ཡོད་པར་བྱེད་པ་མེད་པར་རིགས་སོ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་  
 འདིར་དངོས་པོ་འོ་རྒྱུན་ཡིན་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་སོ། རྣམ་  
 པ་འགའ་ཞིག་ལ་སྤྱོད་བདགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱ་བ་ཉམས་སྤྱོད་པའི་དངོས་  
 པོ་འོ་རྣམ་པར་སྤྱོད་པས་བྱ་བ་དང་བཅད་པའི་ཞེས་པ་ལ་བདེན་ནས་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་

ཏུ་སྒོ་བདགས་པ་དང་ཡུལ་རྟོགས་པ་འི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར་སྒོ་བདགས་པ་ཉིད་  
 ཡིན་པ་དེ་བས་ན་དངོས་པོ་འི་རྒྱུན་ཡིན་མོ་ཞེས་བྱ་བ་འི་དོན་དོ། ། ཀུན་རྫོབ་ལ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་གི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སྒོ་ལ་འོ། ། ཚད་མ་དང་འགལ་བ་འུ་ཕྱིར་ངོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒོ་འདོགས་པར་བྱེད་པ་འི་སྒོ་སྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་ཅི་རེགས་པར་་་  
 མངོན་སྲུང་དང་རྗེས་སྲུ་དབག་པ་དང་འགལ་བ་འི་ཕྱིར་འོ། ། དེ་རྣམ་ན་དངོས་  
 པ་གཅིག་ལ་ཡང་ཅི་ལྟར་བཤད་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ། ། བཙན་ཚུན་འགལ་བ་འི་ཐ་  
 སྟོན་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། ། དེའི་དབང་གིས་དངོས་པོ་གཅིག་དུ་མ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ་  
 བདག་མེད་བ་ཉིད་དུ་ཐལ་བ་འི་ཕྱིར་འོ། ། དེ་ཡང་གཞན་དག་དུ་བཤད་ཅིན་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པ་དེ་རྣམ་ན་འདྲིར་མ་སྒྲིམ་སོ། ། གཉེན་པོ་འི་བྱོགས་ཉིད་ཡིན་པར་  
 བྱ་བ་ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ལས་གཉེན་པོ་འི་བྱོགས་ཉིད་ཡིན་པར་འོ། ། ཇི་  
 ལྟར་དེ་སྲུག་བཟུལ་གྱི་རྒྱུའི་གཉེན་པོ་འི་བྱོགས་ཉིད་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་་་་  
 མེད་པ་འི་ལས་ཉིད་དོ། ། དེ་ཡང་མ་རིག་པ་ལས་བྱུང་བ་འག། མ་རིག་  
 པ་འི་བྱེད་པར་ཡིན་གྲང་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཚེ་འཛིག་ཚོགས་སྲུ་ལྟ་བ་མ་རིག་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པ་དེའི་ཚེ་མ་རིག་པ་ལས་བྱུང་བ་འོ། ། གང་གི་ཚེ་ཡོག་པ་འི་ཤེས་པ་ཅ་མ་  
 ཡིན་པ་དེའི་ཚེ་མ་རིག་པ་འི་བྱེད་པར་ཡིན་ནོ། ། རྣམ་པ་གཉི་ག་ལྟར་ཡང་བདག་  
 མེད་བ་ཉིད་མཐོང་བ་ནི་སྟོན་པ་དང་འགལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སྒྲུར་འོ། ། བདག་  
 མེད་བ་ཉིད་མཐོང་བ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ཅེ་ན། མ་རིག་པ་དང་འགལ་བ་འི་ཞེས་  
 བྱ་བ་སྒྲིམ་སོ། ། འགལ་བ་དེ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་རིག་པ་དང་བདག་མེད་  
 པ་ཉིད་མཐོང་བ་འགལ་བ་འོ། ། དམིགས་པ་འི་རྣམ་པ་འི་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་པ་འི་སྒོ་ནས་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་རིག་པ་འི་དམིགས་པ་འི་རྣམ་པ་འི་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་པ་འི་རྣམ་པ་འོ། ། དེ་

ལས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་འི་སྒོ་ནས་ཡིན་ནོ། བདག་མེད་པ་ཉིད་མཐོང་བ་འི་དམིགས་  
 བ་འི་ནམ་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཉིད་བཟུན་པར་བྱ་བ་འི་ཕྱིར། རེ་ཞིག་མ་རིག་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་ནམ་པ་ནི་མ་རིག་པ་དེས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ།  
 སྤྱུག་བཟུལ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱུག་བཟུལ་གྱི་བདེན་པ་ལ་དྲག་པ་ཞེས་བྱ་བ་འི་ནམ་པ་  
 བར་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ལོ། འདིས་ནི་མི་དྲག་པ་ལས་ལོག་པར་སྒྲོ་བདགས་ནས་  
 བཤད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དྲག་པ་ནི་མི་དྲག་པ་ལས་བཞེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར་  
 རོ། །མི་དྲག་པ་ལས་བཞེད་པས་དྲག་པ་སྟོས་པ་ཉིད་གསལ་བར་མཐོས་བརྒྱུང་  
 བར་འོས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཅི་རེ་ཕྱིར་བཟུན་པ་སྟོས་པ་བྱས་ཤེ་ན། བཞེད་པ་  
 བས་དྲག་པ་ཞེས་བཞེད་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་དེ་འདི་སྐད་དྲ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ།  
 བར་ཆུག་དྲ་གནས་པ་འི་དྲག་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་  
 བ་ལ་སོགས་པར་གནས་པ་འེང་ངར་ཚུལ་ཅན་དྲ་གནས་པ་ཅན་གང་ཡིན་པ་  
 བ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་འདྲིར་དྲག་པར་འདོད་པ་ཡིན་གྱི། བེར་ཆུག་དྲ་གནས་པ་  
 ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་བཟུན་པར་འགྱུར་རོ། མདོ་མཐོང་པ་མ་དྲག་པ་འི་  
 དོན་ལ་བདན་པ་སྟོས་པས་བདན་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་ན་ཇི་ལྟར་ནམ་པ་གཉིས་ག་  
 ལ་ཡང་བདན་པ་ཞེས་བཞེད་པ་དེ་དྲག་པ་ལ་ཡང་ཡིན་ནོ། དེ་བས་ན་སྐད་ཅིག་  
 མ་མ་ཡིན་པར་སྒྲུབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དྲག་ཀྱང་དྲག་པར་སྒྲོ་འདོགས་ནས་འཆུག་པ་  
 ཉིད་ཡིན་ནོ། ། དེ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་པ་འཇམ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྤྱུག་བཟུལ་གྱི་ནམ་པ་ལས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པས་བདེ་བ་འི་ནམ་པ་  
 བ་ལོ། ། ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུག་བཟུལ་ཡིན་དེ། ཉེ་བར་ལེན་བའི་  
 ཕྱིང་བོ་ལྟ་ནི་སྤྱུག་བཟུལ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་རྒྱུ་འེ་གཞན་གྱི་དབང་གི་གཞན་

དབང་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡིན་པ་ཞེས་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པའོ།། དེ་  
 བས་ན་དེ་ལས་དེ་བརྒྱུག་པས་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་པའདུ། རྒྱུ་ལྡན་  
 རྒྱུ་དབང་ལས་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་པ་ན་བདེ་བའི་རྣམ་པ་ཡིན་པོ།། སོགས་པ་སྒྲུལ་  
 བས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདེན་པ་བཞི་ལ་བརྟེན་པ་དང་། བདེ་བ་དང་དང་དཔེ་  
 ཞེས་སོགས་ཞེས་བྱ་བ་འདྲིས་སོ།། དེ་བཞིན་དུ་འགོག་པ་དང་ལས་བྱི་མེད་  
 བ་དག་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་འགོག་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཞི་བ་  
 མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་ཤོམ་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། དེས་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་  
 པའི་རྣམ་པར་སྒྲོ་འདོགས་པའོ།། ལས་བྱི་ལས་མ་ཡིན་པ་དང་། རིགས་  
 པ་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། དེས་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་  
 པའི་རྣམ་པར་སྒྲོ་འདོགས་པའོ།། དེ་ལས་བྱུང་བ་དང་དཔེ་དང་བཞིན་ཅན་གྱི་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་རིག་པ་ལས་རང་བཞིན་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།། རྒྱུ་བདགས་  
 ལས་ནི་ཡོངས་སུ་སྟེད་ཅེས་བྱ་བའི་ཆོག་གིས་ཡོག་པར་སྒྲོ་འདོགས་པ་སྟེད་དུ་སོང་  
 བ་ཅན་གྱི་སྟེད་པ་ཉིད་གསལ་པ་བར་བསྟན་པ་ཡིན་པོ།། རྒྱུ་བདགས་པའི་ཕྱུ་པ་  
 ལ་འཁྱུག་པའི་སྟེད་པ་དེ་ཡང་རྒྱུ་འདོགས་པའི་རྣམ་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། རྒྱུ་འདོགས་  
 པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཕྱུ་པ་ཅན་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་  
 ཉིད་མ་རིག་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་དཔེ་དང་བཞིན་ཅན་ཉིད་ཀྱང་བསྟན་པ་ཡིན་པོ།  
 སྟེད་པ་ཡང་དོན་གྱི་འགལ་བ་ཉིད་ཡིན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟེད་པའི་རྒྱུ་བདག་དུ་ལྟ་བ་  
 དང་། ལས་དངོས་སུ་འགལ་བའི་བྱིར་པོ།། རྣམས་ཀྱང་རྒྱུ་པའི་སྟེད་  
 པ་དང་ཡང་དོན་དམ་པར་འགལ་བར་བསྟན་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ།། རྒྱུག་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ལྡན་རང་བཞིན་ལས་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་རིག་





ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དུག་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་མ་བརྟགས་པར་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་  
 དཔེ་ཉིད་བཞུན་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་ན་གང་ལ་དོན་མེད་པའི་ཐེ་ཚོན་ཟེ་བ་མེད་  
 ཅིང་དོན་ལ་ཐེ་ཚོན་ཟེ་བ་ཡོད་པ་དེ་ལ་རྟོག་པ་དང་ལྡན་པ་སྤང་འཇུག་པར་བྱ་བ་ཉིད་  
 ཡིན་དེ། དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ནི་རྟོག་པ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ་ ཞེས་བཤད་ཟིན་དོ། ། རྟོག་སྒོ་པ་ཐོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ནི་རི་མཉན་  
 དུ་བཤད་པའི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་དེའི་རང་བཞིན་གྱིས་པ་ཅན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་པ།  
 དེ་དང་འགལ་བེ་ཡང་དེའི་རང་བཞིན་མི་གསུམ་པ་ཅན་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་བྱུང་བར་བྱེད་  
 པ་འགལ་བ་དམིགས་པ་ལོ། ། ལྷན་ཅན་གྱིས་རབ་ལྡན་པ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་པ་དོ།  
 འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནམ་མཁའ་དེ་གིས་ཅན་རལ་པ་བྱེད་པ་སོགས་མཐོ།  
 ལས་བྱས་པ་དངས་པར་གྱུར་པ་ནི་ཟེད་པ་ལོ། ། འབྲས་བུ་ལྟ་ཚོགས་མཐོང་པའི་  
 ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེའི་ནམ་པར་འབྱེད་པ་ལོང་ནས་རང་གི་ཐེ་ཚོན་པ་འགའ་  
 ཞིག་གི་ནམ་མཁའ་དེ་གིས་ཅན་ལ་ལན་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉི་ཤུ་བཤོད་.....  
 ནས་དེ་ཞིག་འབྱེད་པ་བྱེད་པ་བདག་ཉིད་ཀྱིས། དེ་ལ་མཛིན་པ་ཅིག་ནི་གཏུང་བ་  
 ཅོམ་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་ཏེ། གཏུང་བ་ཅོམ་པ་ལས་དེ་ལྟས་གཏུང་  
 བ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ལས་མི་འདོད་པ་ཉམས་སྦྱ་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 ཐོན་བྱས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པ་དེ་བས་སྟེ། གང་ལས་དེའི་འབྲས་བུ་  
 ཡོངས་སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཏུང་བས་བསྐྱེད་པ་མི་འདོད་པ་ཉམས་སྦྱ་བྱེད་པའི་མཚན་  
 ཉིད་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ་དེ་ཡོངས་སྟོན་པ་ལས་མིན། ། ལས་དེའི་འབྲས་བུ་ཡོངས་  
 སྟོན་པ་ལས་ཟེད་པ་ཡིན་ནོ། ། སྐད་དེ་སྟེ་གང་གིས་དེའི་གཏུང་བ་ཅོམ་པ་ལས་  
 རྟེན་པའི་སྦྱུག་བཞུག་ཐོན་གྱི་ལས་ཀྱིས་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ ཞེ་ན། འདོད་པའི་དབང་

གིས་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་དེ། འདོད་པའི་དབང་གིས་འཇུག་  
 པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མ་ཡིན་དེ། དཔེར་ན་དགེ་བའི་  
 ལས་ལྟ་བུ་རེ། དེ་རྩམ་ན་དེ་དང་དེ་འདོད་པ་མ་ཡིན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་འགོག་པར་བྱེད་ནོ། རྩམ་བྱ་བྱེད་པའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ལ་བཟློས་པ་མ་  
 ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྲོ་འབལ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པ་ལ་བཟློས་པ་རེ། རྩེ་  
 མཆེད་ལུང་ཀྱི་ན་ཅན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ལུང་དམིགས་པ་ཅན་ནོ།  
 དེ་བས་ན་གདམ་ཆོགས་འདི་མ་ངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་པའི་དབང་གི་  
 འཇུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངོ་ཞེས་བྱ་བའི་གདམ་ཆོགས་འདི་མ་ངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་དོན་དེ། དེ་ནི་འབྲས་བུ་སྤྲོ་ཆོགས་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ཡོངས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འཆད་  
 པར་བྱེད་པ་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཉིད་དང་ནད་མེད་པ་དང་། ཡན་ལག་དང་  
 ཉིང་ལག་ལ་སོགས་པ་ཆང་བ་ནི་ལས་དགེ་བ་གཅིག་གི་འབྲས་བུ་སྤྲོ་ཆོགས་པའོ།  
 གན་དང་དབུལ་བ་དང་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་ལ་སོགས་པ་མ་ཆང་བ་ནི་ལས་མི་  
 དགེ་བ་གཅིག་གི་ཡང་སྤྲོ་ཆོགས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་  
 པའི་འབྲས་བུ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་ཅན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནད་ལ་སོགས་པའི་མཆོད་ཉིད་ཀྱན་  
 གས་ཉོན་མོངས་པའི་འབྲས་བུ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་པ་དེ་སྒྲིད་ཅེས་བྱའོ།  
 གས་ལ་སོགས་པའི་ས་བོན་ཕྱིར་དབེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། འབྲས་བུའི་ངོ་བོ་གཅིག་འབྱེན་  
 པར་རྒྱས་པ་ལ་འབྲས་བུ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་ཅན་ཉིད་མ་ཡིན་པས་བྱལ་པ་ཡིན་ལ། དེ་དང་  
 འགལ་པ་ཡང་འབྲས་བུ་སྤྲོ་ཆོད་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པས་བྱལ་པར་བྱེད་པ་འདུལ་བ་དཔེར་  
 པའོ། འབྲས་བུའི་ངོ་བོ་གཅིག་འབྱེན་པར་རྒྱས་པས་རྒྱས་པ་ཟད་པ་ལ་འབྲས་བུ་

[illegible]

ལ་དེ་སྒྲུབ་ཅེས་བྱའོ།། སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆུང་བ་ཅན་ཡང་དེ་ཡིན་ལ། ལུས་ཀྱིས་  
 གཏུང་བ་ཉིས་སྟེ་སྐྱུ་མེད་པ་ཅེས་ཡང་ཡིན་པས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལས་འཛོལ་བའོ།།  
 དེ་འབྲས་བྱ་བས་པ་ཅིང་འདྲ་བར་བྱ་བར་རྒྱས་བ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་སྒྲུབ་  
 ཅེས་བྱའོ།། ལས་གཞན་འདོད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གཤམ་དེ་དགོ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་  
 གྱི་དཀར་ཐུབ་གཞན་ཉིད་འདོད་པར་འགྱུར་ན་ཞེས་བྱ་བ་མེད་ན་ཏོ།། དཀར་ཐུབ་  
 དེ་ལས་འབྲས་བྱ་བ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀྱན་ནས་ཉིན་མོངས་པ་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཉིད་  
 འདོད་པའི་ཕྱིར་དེའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་དཀར་ཐུབ་ཀྱང་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱར་  
 འགྱུར་རོ།། དེ་ལས་རྒྱས་བ་འདྲེས་བ་འབ་ཟད་པར་ལས་མེད་དེ་ཞེས་བྱ་བར་ཐུབ་རོ།།  
 དཔེར་ན་མྱང་གི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ལྟ་བུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་ཡིན་ནོ།། མྱང་གི་  
 ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་དཀར་ཐུབ་ཏུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་མྱང་གི་ལས་  
 འདྲེས་བ་ལས་ཟད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ན། བསྐྱེད་བར་བྱ་བ་དང་པོ་མ་དཔེར་  
 ན་མྱང་གི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ལྟ་བུར་ཞེས་ནས་པར་དབྱེ་བ་བསྐྱུར་ནས་ཐུབ་བ་ཡོད་ནོ།།  
 དཀར་ཐུབ་ཉིད་དང་རྒྱས་བ་འདྲེས་བ་དང་ཟད་པའི་རྒྱ་ཉིད་ལ་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་སྟེ་  
 ཡིན་བ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགམ་བ་པར་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཉིད་  
 ཡིན་བ་དེ་ལྟར་ན་བྱུང་བར་བྱེད་པ་འགམ་བ་དཔེགས་བའོ།། དེ་ལྟར་ན་ལས་  
 ཀྱི་འབྲས་བྱ་ནི་ཐུང་བྱ་མ་བཟུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་པར་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་དག་  
 དང་འགམ་བ་ཡིན་ན་མི་ལྟར་དཀར་ཐུབ་མིན་པར་འགྱུར། དཀར་ཐུབ་ནི་མིག་  
 པ་ཟད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱས་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཅི་ལྟར་ན་ལས་ཀྱི་  
 རྒྱས་བར་མིན་བ་རྒྱས་བ་འདྲེས་བ་འི་རྒྱར་འགྱུར། དེ་ལས་ན་ཐུག་པ་ལ་  
 བེ་ཚེས་ཟ་བ་མ་ཡིན་ནོ།། རྒྱེ་བར་འདོད་པའི་ཕྱིན་གྱིས་ལྟེད་པའི་ལས་

ལ་ཀུས་པར་འགྱུར་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱོད་བ་དང་འགལ་བའི་དེ་ན་སྤྱོད་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ།  
 སྤར་བྱས་པ་དག་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཀ་ལས་སྤྱོད་པ་ལས་སྤར་བྱས་  
 པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལས་ཡང་ལས་  
 ཀྱི་སྤྱོད་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཞིན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཚིགས་འདི་རོ།  
 ལས་འདས་པའི་སྤྱོད་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ལས་གཞིན་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་དེ།  
 དེ་སྤྱོད་པའི་དུས་ན་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། བཅོམ་ཐུན་འདས་ཅད་མ་ཉིད་དུ་སྦྱབ་  
 བ་སྒྲགས་ལས་བརྒྱུག་པས་སྤར་དམ་བཅས་ནས། དེ་བདེན་པ་སྟན་པར་མཛད་  
 བས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྦྱོར་བར་བྱེད་རོ། སྤར་བར་བྱ་བ་དང་དོར་  
 བར་བྱ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཐབས་དང་བཅས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་འགོག་  
 པའི་བདེན་པ་ཀྱན་འབྱུང་དང་ལས་དང་བཅས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། འབྲས་  
 བྱར་གྱར་པའི་སྦྱོབ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདེ་བར་གཤེད་པའི་འབྲས་བྱ་སྦྱོབ་པའོ། དེ་  
 ཉིད་བཟུན་པ་དང་། མ་ལུས་ཁྱབ་པར་མཁྱེན་པ་སྦྱབ་ཅེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 དང་། བདེན་པ་དང་། མ་ལུས་པའི་ཡིན་དན་དེ་དག་ག་སྐྱུམ་བྱིས་ཁྱད་པར་  
 དུ་བྱེད་པས་ཁྱད་པར་མཁྱེན་པ་སྟེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་བདེན་པ་དང་མ་ལུས་པའི་ཁྱད་  
 པར་མཁྱེན་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། དེ་གྲུབ་པ་ནི་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། བདེན་པ་དང་མ་ལུས་པའི་ཁྱད་པར་མཁྱེན་པ་སྦྱབ་པ་ལྟེ།  
 སྦྱབ་པའི་སྦྱོབ་འོ་བོ་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གྲུབ་  
 པ་སྦྱབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོམ་སོ། སྤར་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལྷགས་ལས་བརྒྱུག་  
 པ་བཤད་པ་ལའོ། བར་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་སྟོམ་པས་ནི་སྤར་ཐོག་པ་མཛད་པར་ཐུགས་  
 གུ་ཅད་པ་དང་ཐུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་དུ་བསྦྱབ་པ་ལྟོན་དོ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོམ་པས་

ཞི་བཟུགས་པའི་དོན་ལྟོད་དོ། བཟུན་པའི་ཚོག་གིས་སྤྲོད་པ་མེད་པ་དང་།  
 མ་ལུས་པའི་དོན་ནི་རང་གི་སྤྱི་ཉིད་གཙུང་བས་བཟུན་དོ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཁུན་  
 པ་ལ་སོགས་པས་བཅོས་ལྡན་འདས་ཡིན་པར་ཅི་ལྟར་དོགས་པར་བྱ་ཞེ་ན། དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་མཁུན་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་དེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཁུན་པ་  
 བྱི་ཚད་མས་མི་བསྐྱུ་བ་ལས་ཆེས་སྤྲོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཆད་པར་འགྱུར་བ་དང་  
 ལྟར་བོ། གང་གི་ཕྱིར་བཅོས་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ་ཚད་མ་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་པ་  
 དེའི་ཕྱིར་དེའི་མཁུན་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཆེས་སྤྲོད་པ་ཡིན་ནོ། ལས་  
 དེས་པ་འཕ་ཞེས་བྱ་བ་ན་དེས་པ་ལྟེ། བྲེ་ཚོས་མེད་པར་སྟོན་པ་ལས་བཟུན་པའི་  
 མཁུན་པ་ཆེས་སྤྲོད་པ་ཡིན་དེ། ཤེས་བྱ་གང་ལ་བདན་པའི་ཤེས་པ་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྣམ་པ་གསལ་བའི་སྟོན་སྟོན་པར་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ།  
 བཀའ་ལྟ་བུ་འགམ་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བར་རྣམ་པར་བཤད་པ་ནི་གཞི་པ་མེད་པས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། རྣམ་པ་དེས་འགྱུར་བ་མེད་པ་ལས་བདན་པ་བསྐྱུ་བ་ལས་  
 བཟུན་པའི་མཁུན་པ་ཆེས་སྤྲོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐབས་ཡིན་ནོ། གལ་  
 ཏེ་འགམ་པ་མེད་པ་ཡང་ཅི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ལྟོན་པའི་བཟུན་པ་ཡན་ལག་དགུ་  
 དང་ཞེས་བྱ་བ་སྟོན་དེ། ལྟོན་པའི་བཟུན་པ་ནི་བཀའ་ཡིན་ནོ། དེ་ནི་  
 མདོ་འི་སྟེ་དང་། དབྱངས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་སྟེ་དང་། ལྱང་བཟུན་པའི་སྟེ་དང་།  
 ཚོགས་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པར་གྱིས་མན་ལག་དགུ་ཡིན་ནོ། ལྱས་  
 པ་ཡང་གང་ཡིན་གང་གི་མི་ཤེས་པ་སྤངས་པས་མ་ལུས་པ་མཁུན་པ་ཡིན་ཞེ་ན།  
 ལྱས་པ་ནི་འདིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་དེ། བཅོས་ལྡན་འདས་ལ་དེ་མངར་བ་  
 མ་ཡིན་དེ། ཐུབས་སྤྱོད་ཚོགས་པས་བདན་པ་བཞི་སྟོན་པར་མཚན་པའི་ཕྱིར་བོ། །

དེའི་སྤྱིར་མ་ལུས་པ་མཆིན་པ་ཆེས་སྤྱད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སྤྱད་རོ། དེའི་  
 ཆེས་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཅོས་ཐུན་འདས་མཆིན་སྤྱོད་པའི་སྤྱིར་རོ།  
 ཐུན་ཅིག་སྤྱོད་པའི་འཛིག་ཅོད་སྤྱོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤོང་པར་འདུས་མ་བྱས་སོ། །  
 དེ་དེ་ཐུར་ན་འདུས་བྱ་སྤོབ་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བྱུ་བ་དེ་པར་གཤེད་པ་ཉིད་བསྐྱུ་བས་  
 བས། ད་ནི་བ་དེ་པར་གཤེད་པ་འདུལ་བྱར་བྱུར་པ་ཉིད་ཀྱི་མི་གོས་ས་པའི་མཚན་ཉིད་  
 ཅན་ཕྱོན་བ་ཉིད་བསྐྱུ་བ་པའི་སྤྱིར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་བདན་བ་དང་མ་ལུས་པའི་བྱུར་པར་  
 མཆིན་པ་དེའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྤོབ་པ་སྤོབ་སོ། ། སྤྱིར་གནས་སྐབས་སྤྱོད་མཆིན་པའི་  
 ལས་གང་ཡིན་པ་དེ་གཞན་གྱི་དོན་ཡིན་གྱི་རང་གི་དོན་མ་ཡིན་ན་ཞེས་ཅི་ཐུར་ཞེས་  
 བར་འགྲུར་ཞེ་ན། དེའི་སྤྱིར་གང་གིས་དེ་ཐུར་སྤྱད་སྤྱད་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་སྤོབ་  
 དོ། ། གང་བྱ་བ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཡང་གཞན་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པ་སྤོབ་པ་མེད་པ་ནི་  
 སྤོན་ཡང་དེ་ལ་མཁའ་བ་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། ། དེ་ཡང་ཕྱོད་པར་འགྲུར་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱོད་པར་ཆགས་པུལ་མེད་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བས་དེ་མ་ཐག་དུ་བཟན་  
 བར་འགྲུར་མ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། ། གང་འདྲི་བདད་སྟོམས་སྤྱོད་པུགས་པར་  
 ཕྱོན་པ་ལ་སྤོབ་པའི་སྤྱོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཅོས་ཐུན་འདས་མཆིན་པར་ཆོམས་པར་  
 མངས་བྱས་པའི་དེ་མ་ཐག་དུ་བྱུག་པ་དེས་ཟབ་པའི་སྤྱིར་ཆོས་འདྲི་དོགས་པ་གཞན་  
 དག་གིས་འདྲི་དོགས་པར་བྱ་བར་མི་བྱས་པས་ན་ཁོ་ལོ་ཅང་མི་སྤྱོད་པས་བདད་སྟོམས་  
 སྤྱོད་པུགས་པ་ལ་དམིགས་པར་འགྲུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྤོབ་པའི་དོན་འགྲུར་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། ། མཆིན་ཅན་ཡོངས་སྤྱོད་པར་བྱོན་པའི་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 ཟབ་པར་ཕྱོད་པར་མཛད་པས། མཆིན་པར་འདྲི་བ་ཆེས་ལྷག་པ་སྤྱོད་པའི་  
 ཆོནས་སེསས་ཅན་ནམས་ཡོངས་སྤྱོད་པར་མཛད་པའི་སྤྱིར་རོ། ། དེ་ནི་དེའི་



འབྲས་བུ་དེ་ཙམ་འདྲོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐུགས་སྙུང་བའི་འབྲས་བུ་ཙམ་  
 བཞེད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དོ། འབྲས་བུ་དེ་ཙམ་འདྲོད་  
 པ་ཉིད་པ་དེ་དོགས་པ་ཡོད་ན་བྱེད་པ་རྫོགས་པ་ཅན་གྱིས་ཁྲབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་  
 དང་འགལ་བ་ཡང་བྱེད་པ་རྫོགས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་རྒྱར་ཁྲབ་པར་...  
 བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པ་འོ། བཅེ་བས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཞུང་  
 དེས་ནི་སྤྱིར་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡི་ཤེས་གཉིས་ནི་ཆད་མ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུབ་པར་བཤད་དོ། གཉིས་  
 པོ་དེ་ཡང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་འགྲོ་བ་ལ་ཕན་པར་བཞེད་པ་ཉིད་དང་བདེ་བར་གཤེགས་  
 པ་ཉིད་ཀྱི་ཚིག་དག་གིས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། ལམ་གོམས་པའི་མཆན་ཉིད་  
 ཅན་གྱི་ལྷན་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཆད་མ་ཉིད་དུ་ཉེ་བར་སྒྲུར་བ་མ་ཡིན་ན་དེ་ཅིའི་...  
 བྱིར་ཆོགས་སྙུང་བཅད་པ་སྒྲོས་ཤེ་ན། དེའི་བྱིར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་སྒྲུབ་བྱེད་བཅས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་དེ། ཡོན་ཏན་གསུམ་མཁུན་པ་དེ་ཡང་བདེ་བར་  
 གཤེགས་པའི་ཚིག་གིས་བཟུན་པ་ཡིན་ལ། སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་དང་བཅས་པས་  
 ནི་ལམ་གོམས་པ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། གལ་ཏེ་འོན་ཏྲུབ་  
 པ་ཉིད་ཀྱི་ཚིག་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡི་ཆད་མར་བསྒྲུབ་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་གསུང་པར་ནི་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་སོ། མངོན་པར་སྒྲུར་བའི་སྒོ་གསུང་པ་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱང་  
 འགྲོ་བ་ལ་ཕན་པར་མཛད་པ་ཉིད་དང་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ཚིག་དག་གིས་སྒྲུབ་པ་  
 ཡིན་ཞེས་བཟུན་པའི་བྱིར། གལ་ཏེ་བཅེ་བ་དང་ལྷན་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་སྒྲོས་སོ། ཇི་སྟངས་དུ་བཤད་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པའི་མཁུན་པོ་སྟོན་པར་  
 བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བར་སྒྲུར་རོ། ཇི་སྟངས་དུ་བཤད་པའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགས་  
 པ་དང་བདེན་པ་འཆད་པ་དང་དེ་དོགས་པ་དང་དེས་སྙུང་བཅོན་པའོ། ལྷན་པ་དེ་

ལྷའི་དངོས་བཟུང་ནི་ཞེས་བྱ་ནི་ལྷོན་པ་ལྟེ།      དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བཀའ་དེ་  
 ལྷ་བྱའི་དངོས་བོ་ལྷོན་པ་དེ་ལྷའི་དངོས་བཟུང་དེ་ཚད་མས་བཟུང་པ་ཞེས་བྱ་བའི་.....  
 དོན་དོ།      དེ་ལྷར་ན་བཟུང་པ་དེ་ལྷ་བྱའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས།      བཅོམ་ལྷན་  
 རདས་ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་ཚད་མའི་སྒོ་ནས་བཟུང་པ་ནི་ལྷོན་པ་དེ་ལྷའི་.....  
 དངོས་བཟུང་ནི་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་གཅིག་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ།      དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཚས་  
 མངོན་པ་ལས་ཀྱང་བཤད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚད་མ་ནམ་པར་ངེས་པར་བཤད་  
 པ་ཡིན་ངོ།      དེ་ཞིག་མདོད་སྤྱུ་མ་གྱི་ཚད་མ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ནམ་  
 པར་ཤེས་པའི་ཚེ་ས་ལྟ་བུ་ན་པའི་སྒོ་ནས་དེ་བཟུན་ཅིང་བཤད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་.....  
 དོ།      །སློབ་དབོན་ཤུ་རྩ་གྲོལ་གྱིས་སྦྱར་བ་ཚད་མ་ནམ་འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་བའི་  
 བཀའ་འགྲེལ་ལས་ལེན་གཅིས་བ་ཇོགས་སོ།      ॥

རྩེ་མཉམ་གྱི་ལོ་ལྔ་མཆོར་རོ་གཅིག་དུ། །གཞིལ་བའི་མཐའ་ཡས་  
 ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབས་སྤང་། །ཅིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།  
 གི་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི། །དབར་དུ་བསྐྱུན་བའི་རྩམ་དཀར་  
 སྤང་བོའི་མཐུས། །ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་ཕྱོད་སྤག་བག། །གདངས་དེ་  
 རྒྱུད་ལྟའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ། །ངེས་ལེགས་ཉོར་བའི་མཛོད་ལ་དངང་འབྱོར་  
 ཤོག། །ཅེས་བ་འདི་ཡང་དང་དུས་ཡིད་སྤུབ་ཀྱིས་རྒྱུད་བརྒྱུས་པའི་ཁྲ་ཁྲོ་འི་  
 སྒྲིག་སྤྱོད་མི་བཟད་བས་གངས་ལྗོངས་ཚོས་ཐུན་གྱི་ཞིང་དུ་ཐུབ་བའི་བཅུན་པ་རིན་...  
 བོ་ཆེ་ཉིན་མོ་འི་སྤང་བ་ལྟར་འབར་བ་རེ་ནི་མིང་གི་ལྷག་མ་ཅམ་དུ་ཉམས་ཉམས་...  
 བར་བུས། ཕྱོར་དང་ཕྱོར་ན་དུ་པ་ཐུན་གྱི་མཚན་ཆ་སོགས་གདུག་བར་ཞོད་  
 འཛོལ་གྱི་ལྷ་འི་སྤོར་བ་ནི་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་དང་བ་སོགས་སྒོ་ཀྱན་ནས་ཐུབ་པོ་འི་རྒྱུད་  
 ཚོགས་མཚོ་ལྟར་འཛོལ་བ་འདི་དག་ལྷག་མེད་དུ་ཞི་ཞིང་། བྱང་ཕྱོགས་བོད་ཁ་བ་  
 ཅན་དུ་བཅུན་བའི་མེ་རྒྱུར་ཡང་སྤར་བཞིན་གསོས་དེ་ཀྱུ་གར་འཕགས་པའི་ལྗོངས་  
 འདིར་ཡང་ཐུབ་བའ་བཞེད་དགོངས་དྲི་མ་མེད་བ་དར་རྒྱས་སུ་འཕེལ་བ་དང་།  
 འཛམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཛོམས་ཞིབ་ཞི་བའི་ལམ་ལྟོན། རྩམ་འདེན་གྲུག་  
 སེལ་འི་རིང་ལུགས་སྒོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕྲུལ་ཡུན་ལེགས་ཚོགས་དུ་མའི་  
 ཆེད་དུ་དམིགས་ནང་བཅུན་ཐུབ་མཐའ་རིས་ཆེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དབར་དུ་བསྐྱུན་  
 དང་བསྐྱུན་འབྱུར་གང་ལའང་སྤར་ཚོག་པའི་དགོ་བཤེད་འི་སྒོན་ཚིག་དུ་འགྲུའི་དགོ་  
 སྤོང་ཚོས་སྤུ་བ་འག་དབང་སྤོ་བཟང་བཅུན་འཛོན་རྒྱ་མཚོས་སྤར་བའོ། །